

Traços de personalidade e percepção de stress em
elementos da G.N.R. que participaram em missões
internacionais de paz no território de Timor-leste

António Miguel Pereira de Melo

Dissertação de Mestrado em Medicina Legal

2009

António Miguel Pereira de Melo

Traços de personalidade e percepção de stress em elementos da
G.N.R. que participaram em missões internacionais de paz no
território de Timor-leste

Dissertação de Candidatura ao grau de Mestre em Medicina
Legal submetida ao Instituto de Ciências Biomédicas de Abel
Salazar da Universidade do Porto.

Orientador – Professora Doutora Cristina Maria Leite Queirós

Categoria – Professora Auxiliar

Afiliação – Faculdade de Psicologia e de Ciências da
Educação da Universidade do Porto

Resumo

Este trabalho centra-se no estudo dos traços de personalidade e da percepção de stress em elementos da G.N.R. que participaram em missões internacionais de paz, ao serviço da ONU, no território de Timor-leste. Apresenta como objectivos conhecer o traço de personalidade “Procura de Sensações” e os motivos da escolha da missão pelos guardas candidatos, conhecer a percepção do stress experienciado durante a mesma, bem como saber se foi vivido algum acontecimento marcante que possa ter desencadeado perturbação de stress pós-traumático e ainda conhecer globalmente a opinião sobre a missão e as principais dificuldades sentidas após o regresso. Partimos da ideia de que a Procura de Sensações pode ser um traço ou estado emocional suficientemente forte para evitar o stress e exaustão emocional da missão vividas num cenário de crise.

Para atingirmos os objectivos propostos estruturamos o nosso trabalho em duas partes. Na primeira parte apresentamos o enquadramento teórico, começando por caracterizar as missões internacionais, o contexto geopolítico em que se inserem e o território onde o nosso estudo se dirigiu, Timor-leste. Em seguida, abordamos o tema das emoções, dos traços de personalidade e da “Procura de Sensações” e por fim a percepção de stress, o stress ocupacional e o stress pós-traumático. Na segunda parte apresentamos o estudo empírico efectuado, no qual construímos um questionário aplicado junto de 70 elementos da G.N.R. com experiência de participação de missões de paz em Timor-leste no âmbito da ONU.

Os resultados obtidos permitiram-nos concluir que:

- o traço de personalidade “Procura de Sensações” está presente na amostra de inquiridos, existindo alguma tendência para a procura de novas experiências e aventura;
- existem baixos níveis de exaustão emocional e baixa percepção de stress, elevando-se apenas depois da ocorrência de um acontecimento marcante;
- a opinião geral sobre a missão foi muito favorável, existindo elevada tolerância ao aborrecimento e à rotina e não existindo stress pós-traumático nem desordens psicológicas.

Palavras-chave: traços de personalidade; stress percebido; missões internacionais de paz; polícia.

Abstract

This work is about personality traits and the perception of stress in the G.N.R. police officers participating in international peacekeeping missions in the service of UN in Timor-Leste. The aims of the study are: to know about the existence of personality trait "Sensation Seeking" and the reasons for the choice of the mission by the G.N.R. candidates; to evaluate the perception of stress experienced during the mission; to evaluate the stress experienced after a significant event that may have triggered post traumatic stress disorder; assess the overall opinion about the mission and the main difficulties experienced after return.

To achieve this aims, we structure our work into two major parts. In the first part we present the theoretical framework, beginning with the characterization of international missions, the geopolitical context in which they operate and the area where our study was directed, East Timor. Next, we present some considerations about emotions, personality traits and "Sensation Seeking", finishing with the perception of stress, occupational stress and post-traumatic stress. In the second part we present the empirical study carried with 70 elements of the G.N.R. with experience of participation in Peacekeeping missions in East Timor, representing the United Nations.

The results obtained allowed us to conclude that:

- the personality trait "Sensation Seeking" exists in our the sample of participants, confirming that the police officers had a tendency to search for new experiences and adventure;
- low levels of emotional exhaustion and low perception of stress are showed by the participants and those levels increase only after a significant event;
- the general perception of the mission was very favourable; the participants have a high tolerance for boredom; they don't present pos-traumatic stress disorder neither psychopathology.

Key-words: personality traits; perceived stress; peacekeeping; police officers.

Résumé

Ce travail étudie les traits de personnalité et la perception du stress dans les gendarmes de la G.N.R. qui ont participé à des missions internationales de paix au service des Nations Unies au Timor-Leste. On a défini comme objectifs de cette étude connaître l'existence du trait de personnalité "Recherche de Sensations» et les raisons du choix de la mission des gendarmes candidats. On veut aussi connaître le stress éprouvé au cours de la mission, et s'il a été vécu un événement marquant qui déclenche un syndrome de stress post-traumatique. On prétend évaluer davantage l'opinion globale sur la mission et les principales difficultés ressenties après le retour.

Pour atteindre les objectifs proposés, on a structuré le travail en deux parties. Dans la première partie on présente le cadre théorique, commençant par caractériser les missions internationales, le contexte géopolitique dans lequel ils opèrent et la zone où notre étude a été dirigée, Timor-leste. Ensuite, on a abordé la question des émotions, les traits de personnalité et de la "Recherche de Sensations», et enfin la perception du stress, le stress au travail et le stress post-traumatique. Dans la deuxième partie on présente l'étude empirique réalisée dans lequel on a construit un questionnaire appliquée auprès de 70 gendarmes de la G.N.R. avec de l'expérience de participation à des missions internationale de paix en Timor-leste dans le cadre de l'ONU.

Les résultats obtenus on a permis de conclure que:

- le trait de personnalité «Recherche de Sensation" existe dans notre échantillon de sujets, ce qui confirme que les gardes avaient tendance à rechercher de nouvelles expériences et l'aventure;
- il y a un faible niveau d'épuisement émotionnel et une faible perception du stress, qui augmentent seulement après un événement marquant;
- l'opinion générale sur la mission a été très favorable ; il y a une grande tolérance à l'ennui; Il n'y a pas du stress post-traumatique ni de la psychopathologie.

Mots clés: traits de personnalité ; stress perçu ; missions internationales de paix; police.

Agradecimentos

A investigação é o resultado de condições teóricas e sociais. Tendo o presente trabalho sido iniciado e finalizado numa fase particularmente difícil da minha vida, torna-se imperativo agradecer os preciosos contributos, daqueles que, directa ou indirectamente, comigo colaboraram.

Assim, é com uma enorme gratidão que gostaria de expressar os meus sinceros agradecimentos à Prof. Doutora Cristina Queirós, minha orientadora, por ter acreditado e apoiado este projecto, guiando-me com o seu rigor científico, metodologia, análise crítica, total disponibilidade, contagiante energia e amizade, sem os quais este trabalho não passaria de um mero projecto.

Ao senhor Comandante-geral da GNR, Tenente-General Luís Nelson Ferreira dos Santos, quero expressar os meus também sinceros agradecimentos pelo interesse demonstrado e por ter autorizado este trabalho.

Ao senhor Tenente-coronel Pedro Ribeiro Duarte e aos senhores oficiais da Unidade de Intervenção, Major Jorge Manuel Freitas, Major Pedro da Silva Oliveira e Capitão Marco Ferreira da Cruz, pela preciosa colaboração na fase de recolha de dados, possibilitando a aplicação dos questionários.

Aos guardas da Unidade de Intervenção, que de forma voluntariosa, deram um decisivo contributo para a prossecução dos objectivos deste trabalho.

Ao Professor Doutor Fernando de Almeida e ao Dr. Victor Mota, pela amizade e excelência dos conhecimentos que me proporcionaram durante o meu estágio na Unidade de Psiquiatria Forense do Hospital de Magalhães Lemos, no Porto.

Aos meus amigos, Dr. Juiz Braulio Martins, Dr. Rui Assis e Virgílio Fernandes, pela clarividência, paciência e incondicional amizade. Sem o seu apoio, tudo teria sido mais difícil.

A ti, Andreia, simplesmente por existires!

*Aos meus queridos pais, que cedo
demais partiram...*

...A eles dedico este trabalho.

Lista de Acrónimos

APA – American Psychological Association
DSM-IV-TR – Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, 4th Edition, Revised
EUA – Estados Unidos da América
EUROGENDFOR – European Gendarmerie Force
IDH – Índice de Desenvolvimento Humano
INTERFET- International Force for East Timor
MONUA – United Nations Mission of Observers in Angola
MSU – Multinational Specialized Unit
ONG – Organização Não-Governamental
OTAN – Organização do Tratado do Atlântico Norte
OSCE – Organização para a Segurança e Cooperação Europeia
UEO – União da Europa Ocidental
UNAMET – United Nations Assistance Mission in East Timor
UNAVEM – United Nations Angola Verification Mission
UNDPKO – United Nations Department of Peacekeeping Operations
UNEF-1 – United Nations Emergency Force
UNESCO - United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization
UNMIK – United Nations Mission in Kosovo
UNMISSET – United Nations Mission in Support of East Timor
UNOMSIL – United Nations Mission of Observers in Sierra Leone
UNPOL – United Nations Police
USD – United States Dollar
UNTAC – United Nations Transitional Authority in Cambodia
UNTAET – United Nations Transition Administration in East Timor
UNTAG – United Nations Transitional Authority Group - Namibia
UNTSO – United Nations Truce Supervision Organization

ÍNDICE

INTRODUÇÃO	1
PARTE I – ENQUADRAMENTO TEÓRICO	3
CAPÍTULO I –CONTEXTUALIZAÇÃO DAS MISSÕES INTERNACIONAIS DE PAZ E CARACTERÍSTICAS DA MISSÃO EM TIMOR-LESTE	3
1. As Nações Unidas	3
2. As operações de manutenção de paz.....	6
2.1. Caracterização	6
2.2. História das operações de manutenção de paz	9
2.2.1. Enquadramento	10
2.2.2. Tipologia das missões internacionais.....	12
2.2.3. Quadro geral das missões	13
2.3. Direito de ingerência ou intervenção positiva	15
3. A G.N.R na missão internacional de paz em Timor-leste.....	17
3.1. O território de Timor-leste	17
3.2. A participação da G.N.R nas missões internacionais de paz	19
CAPÍTULO II – TRAÇOS DE PERSONALIDADE, EMOÇÕES E PROCURA DE SENSações	21
1. Emoções e personalidade	21
1.1. Definição de emoção	21
1.2. Definição de personalidade.....	23
1.3. Emoções e personalidade.....	25
2. Traços de personalidade e “Procura de Sensações”	26
2.1. Aspectos globais	26
2.2. Estudos empíricos sobre o traço “Procura de Sensações”	31
CAPÍTULO III – PERCEPÇÃO DE STRESS E STRESS PÓS-TRAUMÁTICO	37
1. Stress	37
2. Stress provocado pelo trabalho	41
3. Stress pós-traumático	45
3.1. Conceito de trauma.....	46
3.2. Factores de risco.....	49
3.2.1. Factores de risco peri-traumáticos.....	51
3.2.2. Factores de risco pós-traumáticos.....	53

PARTE II – ESTUDO EMPÍRICO	60
CAPÍTULO IV – METODOLOGIA	60
1.Objectivos e hipóteses	60
2. Instrumentos	61
3. Procedimento de recolha de dados	63
4. Codificação dos resultados.....	64
5. Caracterização da amostra.....	64
CAPÍTULO V – ANÁLISE E INTERPRETAÇÃO DOS RESULTADOS	67
1. Análise descritiva	67
2. Análise correlacional	85
CONCLUSÕES	88
BIBLIOGRAFIA	95
ANEXO - QUESTIONÁRIO.....	116

ÍNDICE DE QUADROS

Quadro 1. Valores do <i>Alpha de Cronbach</i> para a “Procura de Sensações” no SSS-V....	62
Quadro 2. Valores do <i>Alpha de Cronbach</i> para a Escala de Perturbação GHQ-12.....	62
Quadro 3. Valores do <i>Alpha de Cronbach</i> para a Escala de Stress Percebido	63
Quadro 4. Valores do <i>Alpha de Cronbach</i> para o stress pós-traumático (EARAT).....	63
Quadro 5. Distribuição por idade	65
Quadro 6. Distribuição por estado civil	65
Quadro 7. Distribuição por meses de duração da missão.....	66
Quadro 8. Distribuição por tempo de regresso após a missão.....	66
Quadro 9. Razões que motivaram a ida.	68
Quadro 10. Opinião sobre a missão.	68
Quadro 11. Número de missões anteriores.....	69
Quadro 12. Dificuldades sentidas no regresso.....	69
Quadro 13. Distribuição para a dimensão “Procura de emoção e aventura” no SSS.....	70
Quadro 14. Distribuição para a dimensão “Procura de experiências” no SSS.....	71
Quadro 15. Distribuição para a dimensão “Desinibição” no SSS.	72
Quadro 16. Distribuição das frequências para a dimensão “Intolerância ao aborrecimento” no SSS.....	73
Quadro 17. Distribuição das frequências para os acontecimentos stressantes.	74
Quadro 18. Distribuição para o item “tem conseguido concentrar-se no que faz”.....	75
Quadro 19. Distribuição para o item: Tem perdido muitas horas de sono devido a preocupações?	75

Quadro 20. Distribuição para o item tem sentido que tem um papel importantes nas coisas em que se envolve.....	76
Quadro 21. Distribuição para o item: Tem-se sentido capaz de tomar decisões?.....	76
Quadro 22. Distribuição para o item: Tem-se sentido constantemente sob pressão?.....	77
Quadro 23. Distribuição para o item: Tem sentido que não consegue ultrapassar as suas dificuldades?.....	77
Quadro 24. Distribuição para o item: Tem sentido prazer nas suas actividades diárias. ...	78
Quadro 25. Distribuição para o item: Tem sido capaz de enfrentar os seus problemas. ...	78
Quadro 26. Distribuição para o item: Tem-se sentido triste ou deprimido.....	78
Quadro 27. Distribuição para o item: Tem perdido a confiança em si próprio.....	79
Quadro 28. Distribuição para o item: Tem-se considerado uma pessoa sem valor.	79
Quadro 29. Distribuição para o item: tem-se sentido razoavelmente feliz.	80
Quadro 30. Médias obtidas no questionário de perturbação psicológica GHQ-12.....	80
Quadro 31. Distribuição para o item: assistiu a um acontecimento marcante.....	81
Quadro 32. Distribuição por tipo de acontecimento marcante.....	81
Quadro 33. Distribuição por momento da missão em que ocorreu o acontecimento.	82
Quadro 34. Distribuição na escala da avaliação da resposta ao acontecimento traumático - EARAT	82
Quadro 35. Média por dimensão.	83
Quadro 36. Distribuição por total de perturbação psicológica.	84
Quadro 37. Distribuição do total de trauma EARAT.	84
Quadro 38. Comparação com outros estudos de Procura de Sensações.	85
Quadro 39. Análise correlacional.....	86

INTRODUÇÃO

Para o vulgar cidadão, ser polícia é muitas vezes associado a uma profissão estável, bem remunerada e na qual se pode obter poder, possibilitando ficar impune perante algumas infracções. Contudo, as agressões frequentes ocorridas até 2009, cada vez mais demonstram que esta é uma profissão de risco. Além disso, implica o contacto permanente com o lado mais marginal das sociedades humanas (Bayley, 1994). É neste contexto pluridimensional, pleno de desafios ao “role-occupant” que nasceu a ideia da investigação que nos propomos desenvolver, ou seja, compreender o sentimento de exaustão do agente policial (Maniquet, 1994) ou num outro extremo, a sua apetência por comportamentos de risco, parecendo isso constituir um traço da sua personalidade.

Tentando concretizar estas ideias num estudo empírico, deparamo-nos com uma pluralidade de sentimentos, tornando-se imperioso abordar os temas do stress no trabalho, intimamente relacionados com a Procura de Sensações. Após a consulta de bibliografia, verificamos que o conceito de stress ocupacional, no sentido do desgaste emocional provocado pelo exercício da actividade profissional, nos encaminha para o conceito de Burnout (Schaufeli, Maslach & Marek, 1993), no qual a exaustão enquadra uma das dimensões. Verificamos também que o Burnout dependia de alguns traços de personalidade (Vaz Serra, 2002), havendo autores (Martim, 1986; Murray, 2003; Moreira, 2008;) que referem que o modo como se lida com o stress pode ser explicado através do traço de personalidade “busca/procura de emoções/sensações fortes” (designado habitualmente como *sensation-seeking*), e que este estado de exaustão poderia ser contornado ou até evitado, se, pelas características de personalidade, o agente policial, procurasse e valorizasse a Procura de Sensações.

Conjugando este nosso interesse com a experiência de enquanto elemento da Guarda Nacional Republicana (GNR), ter estado durante 19 meses consecutivos numa missão internacional de paz no território de Timor-leste, verificamos que existiam já alguns estudos sobre a satisfação profissional e *burnout* nas forças policiais portuguesas (Mendes, 2005; Oliveira, J. 2008) e um estudo sobre a formação dos polícias timorenses (Elias, 2006). Atendendo ao crescente envolvimento de Portugal nas operações de intervenção em cenários de crise, e ao empenho de agentes das forças de segurança destacados individualmente ou enquadrados em contingentes, consideramos que seria pertinente analisar os traços de personalidade que levam estes profissionais a quererem ir para locais inóspitos e que repercussões poderão advir para o desempenho dos mesmos na prossecução dos objectivos do Estado Português bem como nos reflexos na saúde mental e física dos envolvidos. Esta análise poderá não só contribuir para o conhecimento da problemática, como também ser um contributo na intervenção técnica

junto destes profissionais e nos processos de selecção e preparação de candidatos para próximas missões.

Este estudo tem então como ponto de partida o estudo dos traços de personalidade e da percepção de stress em elementos da G.N.R. inseridos em missões internacionais de paz no território de Timor-leste. Tem como objectivos específicos conhecer o traço de personalidade “Procura de Sensações” e os motivos da escolha da missão pelos guardas candidatos, conhecer a percepção do stress experienciado durante a mesma, bem como saber se foi vivido algum acontecimento marcante que possa ter desencadeado perturbação de stress pós-traumático e ainda conhecer globalmente a opinião sobre a missão e as principais dificuldades sentidas após o regresso. Partimos da ideia de que a Procura de Sensações pode ser um traço ou estado emocional suficientemente forte para evitar o stress e exaustão emocional da missão vividas num cenário de crise.

Para atingirmos os objectivos propostos, estruturamos o nosso trabalho em duas partes. Na primeira parte apresentamos o enquadramento teórico, começando (Capítulo I) por caracterizar as missões internacionais, o contexto geopolítico em que se inserem e o espaço / território onde o nosso estudo se dirigiu, Timor-leste. Em seguida (Capítulo II), abordamos o tema das emoções, dos traços de personalidade e da “Procura de Sensações” e por fim (Capítulo III) a percepção de stress, o stress ocupacional e o stress pós-traumático. Tentamos no enquadramento teórico apresentar os diferentes conceitos quer numa perspectiva global, quer também aplicados ao caso específico do desempenho policial, socorrendo-nos dos estudos empíricos efectuados com militares e polícias que estiveram ao serviço da ONU. Na segunda parte apresentamos o estudo empírico efectuado, descrevendo a metodologia (Capítulo IV) usada para a construção de um questionário, bem como os procedimentos de recolha de dados, terminando (Capítulo V) com a apresentação e discussão dos resultados obtidos junto de uma amostra de 70 elementos da G.N.R, com experiência de participação de missões de paz em Timor-leste, no âmbito da ONU. O trabalho termina com a apresentação das conclusões retiradas do estudo, bem como com a bibliografia e o questionário utilizado.

PARTE I - ENQUADRAMENTO TEÓRICO

CAPÍTULO I - CONTEXTUALIZAÇÃO DAS MISSÕES INTERNACIONAIS DE PAZ E CARACTERIZAÇÃO DA MISSÃO EM TIMOR-LESTE

“Se as guerras nascem na mente dos homens, é na mente dos homens que devem ser construídos os baluartes da paz”.¹

Neste primeiro capítulo iremos descrever as missões internacionais de paz, pois é neste contexto que seleccionamos os nossos inquiridos do estudo empírico. Começaremos por referir a ONU enquanto organização que tutela a maioria destas missões, para em seguida descrevermos em que consiste uma operação de manutenção da paz, terminando com a caracterização da missão no território específico de Timor-Leste.

1. As Nações Unidas

A ONU é uma organização internacional que foi criada no fim da II Guerra Mundial pelos Aliados. A Carta foi assinada em 26 de Junho de 1945, em S. Francisco, pelos 50 Estados fundadores e o seu artigo 1º define os objectivos da Organização: *“1. Manter a paz e a segurança internacionais e para esse fim: tomar medidas colectivas eficazes para prevenir e afastar ameaças à paz e reprimir actos de agressão, ou outra qualquer ruptura da paz e chegar, por meios pacíficos, e em conformidade com os princípios da justiça e do direito internacional, a um ajustamento ou solução das controvérsias ou situações internacionais que possam levar a uma perturbação da paz; 2. Desenvolver relações de amizade entre as nações baseadas no respeito do princípio da igualdade de direitos e da autodeterminação dos povos, e tomar medidas apropriadas ao fortalecimento da paz universal; 3. Realizar a cooperação internacional, resolvendo os problemas internacionais de carácter económico, social, cultural ou humanitário, promovendo e estimulando o respeito pelos direitos do Homem e pelas liberdades fundamentais para todos, sem distinção de raça, sexo, língua ou religião; 4. Ser um centro destinado a harmonizar a acção das nações para a consecução desses objectivos comuns”*.

Durante a Guerra Fria, o sistema de segurança colectiva da ONU revelou ser ineficaz. O estado de letargia ou de inércia consentida, fruto do esgrimir de argumentos dos dois blocos político militares (OTAN e Pacto de Varsóvia), fizeram com que se

¹ Excerto do preâmbulo da UNESCO, ratificado em 16 de Novembro de 1945.

perdesse um tempo precioso em discussões conceptuais acerca do uso legítimo da força, apesar do artigo 39º do Capítulo VII da Carta da ONU, definir que “*O Conselho de Segurança determinará a existência de qualquer ameaça à paz, ruptura da paz ou acto de agressão e fará recomendações ou decidirá que medidas deverão ser tomadas (...), a fim de manter ou restabelecer a paz e segurança internacionais. O Conselho de Segurança utilizará, quando for caso disso, tais acordos e organizações regionais para uma acção coerciva sob a sua própria autoridade*” (artigo 53º).

Uma das primeiras tentativas na literatura, para sistematizar o conceito, princípios e normas pelas quais devem ser conduzidas as operações de manutenção da paz foi enunciada por Rikhye (1974, p.11), ao referir que “*a essência da manutenção de paz repousa no facto de que a imposição não faz parte da primeira. É um conceito de acção pacífica, que não abrange a persuasão pela força, em que os princípios fundamentais são os da objectividade e o não-alinhamento com as partes em disputa (...). As armas dos monitores das diversas componentes da ONU para alcançar os seus objectivos são as da negociação, mediação diplomacia tranquila e razoável, tacto e paciência, não uma arma pronta a disparar*”. Esta ideia está também presente na afirmação de Dag Hammarskjöld² (1954, cit. in Sousa, 2005, p. 198) ao referir que “*não devemos olhar para baixo para testar o chão antes de dar o nosso próximo passo: apenas aquele que mantém o olhar fixo no horizonte encontrará o caminho certo*”. Dag Hammarskjöld e Lester Pearson desenvolveram, em 1956, a doutrina de interposição e diplomacia preventiva, na qual, a ONU reuniria forças independentes e intervinha entre as facções em disputa, em vez de as identificar e punir os agressores, doutrina esta que constitui actualmente, a matriz de segurança colectiva. Pressupunham assim que as operações de paz eram acções que podiam ser executadas sem qualquer tipo de recurso à força, prevista no Capítulo VII da Carta e que assim só eram executadas com o prévio consentimento dos Estados interessados (Sousa, 2005).

Posteriormente, para o ex-Secretário Geral das Nações Unidas Boutros Boutros-Ghali, os conceitos de manutenção e de reposição de paz eram cada vez mais multinacionais, facto este que os próprios Estados fundadores da ONU e da Carta igualmente pretendiam, considerando que a Organização não deveria ficar limitada ou estática na resposta às crises. Na Agenda para a Paz-1992, o referido Secretário-geral introduziu a ideia de formação das unidades de imposição de paz, tendo o conceito sido refeito para o sistema de “Standby Arrangements System” (Woodhouse, 2000).

No rescaldo das frustrantes experiências da ONU na Somália e na Bósnia, o então Secretário-geral Kofi Annan atribuiu a um conjunto de especialistas chefiado por

² Segundo Secretário-geral da ONU entre 1953 e 1961, faleceu num acidente de avião no então denominado Congo.

Lakhdar Brahimi³, a missão de equacionar as insuficiências da ONU nas operações de paz, tendo as conclusões sido publicadas em Agosto de 2000 naquele que ficou conhecido pelo Relatório Brahimi. Este relatório continha 57 recomendações explícitas, organizadas em 20 tópicos destinados ao Secretário-Geral, Conselho de Segurança, Assembleia-geral e Estados-membros, tendo equacionado profundamente a necessidade de forças robustas e reformulado o conceito de *light armed* associado ao conceito de legítima defesa. A partir de 2003, este novo conceito (forças robustas) passou a ser utilizado nas operações de paz, cujos mandatos passaram a estar legitimados pelo Capítulo VII da Carta, como foi o caso das missões na República Democrática do Congo, Serra Leoa e Libéria, ultrapassando-se os restritivos limites da prévia necessidade de anuência dos governos locais, imperativo este resultante das operações desencadeadas ao abrigo do Capítulo VI da Carta da ONU.

A existência de circunstâncias de crise e de conflito no interior de um Estado ou entre Estados que, pela sua dimensão e significado, constituem ameaças à segurança e à paz internacional, são então cenários privilegiados para ocorrerem operações de paz. Outro pressuposto consiste em existir uma consciência assumida da necessidade de uma intervenção, legitimada pelo poder decisório, de forma transparente e conduzida sempre pela ONU (Sousa, 2005, p.198). Verificamos então que em determinadas circunstâncias em que se impõem o uso da força para a resolução de conflitos, tendo falhado todos os meios pacíficos para atingir tal fim, o Conselho de Segurança, ao abrigo do Capítulo VII da Carta da ONU e do seu artigo 42º, pode permitir o uso da força, podendo os Estados-membros ceder as forças necessárias, ao abrigo do estatuído no artigo 43º, ficando os Estados-membros vinculados a disponibilizar as suas Forças Armadas (bem como as suas disponibilidades logísticas) ao Conselho de Segurança, assim como a prestarem toda a assistência e instalações, incluindo direitos de passagem, no caso de missões de paz ou envolvendo a segurança internacional.

O fim da Guerra Fria, encerrando o ciclo de um sistema mundial rigidamente bipolarizado, deu lugar a um novo sistema, onde a predominância dos EUA ditaria as regras da nova ordem mundial (Correia, 2004, p.60). Esta sempre omnipresente guerra improvável e paz impossível e a letargia e semi-paralização em que se encontrava o Conselho de Segurança (em consequência dos constantes exercícios do direito de veto dos 5 membros permanentes), bem como a substituição de conflitos inter-Estados por conflitos intra-Estados, com custos aproximados de 54 biliões de USD (CopenhagenConsensus, 2005), abriram o caminho para um papel mais interventor da

³ Lakhdar Brahimi, ex-ministro dos Negócios Estrangeiros da Argélia, Representante Especial do Secretário-geral da ONU no Zaire em 1993, África do Sul e Iémen em 1994, Haiti em 1994-96 e Afeganistão em 1996-97.

ONU, originando as designadas operações multinacionais de paz. Inicialmente a ONU parecia pré-destinada a realizar operações militares de pequena dimensão, funcionando apenas com o consentimento e cooperação das partes envolvidas, ao abrigo do Capítulo VI da Carta da ONU, sendo que, mormente utilizasse uma componente militar, os seus instrumentos não se dissociavam do aspecto diplomático, deixando as potências/organizações regionais encarregues das operações militares mais complexas. Tal inibição política, foi ultrapassada com a adopção de um modelo de intervenção em que a acção inicial, após aprovação do Conselho de Segurança, é efectuada por forças multinacionais lideradas por países desenvolvidos⁴. Ao reconhecer a existência de muitos locais e tarefas em que as forças da ONU não deviam ser empenhadas⁵, o Secretariado da ONU admitiu inequivocamente as suas limitações e a necessidade de divisão de tarefas com organizações/potências regionais (Branco, 2005).

Assim, desde o início da década de 90 que a ONU tem vindo a assumir um maior protagonismo no quadro das suas atribuições relativamente à manutenção da paz e à segurança internacional, aumentando de forma notória a sua participação nas acções de prevenção e resolução de conflitos (Moreira, 1999).

2. As operações de manutenção da paz

Procederemos neste ponto do nosso trabalho explicar em que consiste uma operação de manutenção de paz, começando por caracterizar este tipo de missão, para em seguida traçarmos uma breve história das operações de *Peacekeeping*, terminando com uma referência ao direito de ingerência ou intervenção positiva.

2.1. Caracterização

As operações de manutenção da paz não estão claramente definidas na Carta da ONU, estando o envio baseado no Capítulo VI e VII da carta da ONU. O Capítulo VI refere-se à resolução pacífica dos conflitos, enquanto o Capítulo VII contém as resoluções relativas à acção em defesa da paz, quebras de acordos de paz e actos de agressão. Ao longo dos anos, os Capítulos VI e VII têm sido usados para descrever a natureza das missões, pois as operações de manutenção da paz estavam enquadradas no Capítulo VI e as de imposição da paz no Capítulo VII. No entanto, para cumprir com os requisitos das modernas operações multinacionais, o Conselho de Segurança optou por

⁴ Como foi o caso da intervenção dos britânicos na Serra Leoa, dos Franceses na Costa do Marfim e dos Australianos em Timor-leste.

⁵ Como foi o caso em que a opção por forças e regras de empenhamento robustas utilizadas pelos capacetes azuis do Bangladesh, na República Democrática do Congo, após uma emboscada efectuada por bandos armados que mataram seis soldados da ONU, e que não foram bem acolhidas pelo Special Committee on Peacekeeping Operations.

denominá-las e inseri-las no Capítulo VII da carta da ONU (UNDPKO, 1995). Não sendo as operações de Paz, especificamente referidas na carta, o artigo 29º prevê que “o Conselho de Segurança poderá estabelecer os órgãos subsidiários que julgar necessários para o desempenho das suas funções”.

Os deveres dos elementos envolvidos numa operação de paz são definidos pelo Conselho de Segurança através do mandato, dependendo este de missão para missão e das condicionantes endémicas de cada região e variando ainda em função da crise se ter instalado devido a um conflito intra-estado ou inter-estados. A definição do mandato é igualmente influenciada por normativos geopolíticos. Nos dias imediatos ao cessar das hostilidades entre facções rivais, as operações de manutenção da paz são geralmente a única hipótese de restaurar, provisoriamente, a segurança internas e demais actividades da administração pública, bem como, posteriormente, as tarefas de desarmamento, desmobilização de ex-combatentes, desminagem e formação das polícias e forças de defesa.

Face à inépcia do sistema de sanções, a ONU teve que recorrer a outro tipo de acções, não previsto na Carta. Referimo-nos à intervenção, predominantemente preventiva, de forças dependentes dos órgãos da ONU, constituídas por contingentes de vertente militar e policial, que são enviados para pontos de tensão ou de conflito, a pedido ou com o consentimento dos Estados envolvidos, para evitar quer rupturas da paz regional, quer graves perturbações da ordem interna desses mesmos Estados. Denominadas operações de paz, de manutenção de paz ou operações de apoio à paz (Instituto de Altos Estudos Militares, 2000), estas operações são acções de tipo intermédio entre a solução pacífica de conflitos e acções relativas a ameaças, ruptura e actos de agressão ao processo de paz, não tendo assim uma vertente ou cariz sancionatório, e podendo-se qualificar como «acções de polícia internacional».

Perante uma cada vez maior e mais nítida redimensionação ética e normativa de um sistema internacional tradicionalmente anárquico, torna-se inverosímil evitar a impressão de que uma estruturação política se começa a redefinir, não sendo uma hipotética integração global, mas talvez uma actual interdependência genérica que não se compadece com a antiga formatação unidimensional (Guedes, 2005). No entanto, a ONU procura sempre evitar o seu envolvimento directo em situações ambíguas que possam categorizar a sua participação como parte combatente num conflito, deixando, em tais circunstâncias, de ser neutral e de poder actuar como mediadora do conflito.

De acordo com a doutrina da ONU, os fundamentos das operações de paz consubstanciam-se em orientações operacionais e tácticas, das quais se destacam o consentimento, a imparcialidade, a credibilidade, a negociação e a mediação, a transparência e clareza do mandato, a coordenação e ligação, as limitações e as

restrições, a visibilidade e mobilidade, a centralização, a legitimidade, que se traduzem pela existência de um mandato claro e exequível e pela cooperação das partes na implementação do mandato. Existe ainda um apoio contínuo do Conselho de Segurança, apoio financeiro e logístico adequado à missão, bem como uma cadeia de comando eficaz no terreno (United Nations, 1995).

As missões de Imposição da Paz (*Peace Enforcement*) parecem assim mais destinadas às potências regionais, ficando a intervenção da ONU limitada a operações em que o consentimento e a cooperação das partes são condição *sine qua non* para o sucesso das mesmas. As intervenções de coligações do tipo MSU e Eurogendfor em missões de carácter multifacetado, onde a vertente policial é complementada por um *know-how* dos conceitos e estratégias militares, adquirem relevância, assumindo-se como a mais adequada para os cenários pós conflito.

Os conflitos internos constituem a maior parte das actuais guerras. Enquanto quase 50% das operações de manutenção da paz realizadas entre 1948 e 1988 foram enviadas para conflitos internos, a percentagem subiu para 90% desde 1998. A grande maioria desses conflitos localizaram-se nos países mais pobres do planeta, onde a intervenção e organização do Estado é frágil e onde os interesses dos beligerantes estão intimamente ligados à exploração das matérias-primas, mais do que vinculados a ideologias, vinganças ou queixas. A História vem ensinando que a maior parte destas guerras civis têm origem em ressurgimento de conflitos anteriores mal negociados e mediados, e os riscos são particularmente elevados na década seguinte a seguir ao conflito. Os conflitos regionais, entenda-se o conflito como um processo multidimensional que faz parte da existência humana (Woodhouse, 2000, p.21), adquiriram então uma dimensão significativa, sendo disso exemplo: a região dos Grandes Lagos, em África, onde uma sucessão de conflitos eclodiu; a África Ocidental, com querelas entre facções na luta pelo poder após o claudicar as potências coloniais; o Cáucaso com a prevalência de conflitos étnicos e religiosos após o colapso da União Soviética; e a Ásia Central pelos mesmos motivos. A maioria dos conflitos que ocorreram na década de 90 do século passado são também disso sintomáticos, pois foram guerras que tiveram como principais vítimas os civis, com custos humanos de cerca de 28 milhões de pessoas, vítimas de 150 conflitos armados desde 1945, sendo que 80% foram mulheres e crianças (Woodhouse, 2000, p.62).

Para termos uma visão realista da importância destas missões, convém referir que nos últimos 100 anos morreram mais pessoas em conflitos intra-Estados do que em conflitos inter-Estados. Além disso, quase 40% dos países em situação de pós-conflito viveram, nos cinco anos subsequentes, situações graves de violência e crise política (Copenhagen Consensus, 2006), tornando-se assim mais fácil percebermos a razão pela

qual o número de operações de paz mais do que duplicou entre 1988 e 2004 (UNDPKO, 2005). O renascer da legitimidade global da ONU e a desterritorialização do conceito estratégico da OTAN, reformularam todos os conceitos de intervenção, tornando as operações de resposta a crises, de emergência civil e humanitária, campos por excelência de intervenção Internacional. Como tal, não é de estranhar que a ONU, em Outubro de 2006, tivesse a operar em 18 missões, cerca de 93 mil elementos, entre militares, polícias e civis, com um aumento do orçamento, em meados de 2006 de 4.75 biliões de dólares americanos para, em meados de 2007, ter atingido os 6 biliões (Gleditish, 2004).

A crises de grande complexidade, de longa duração, com elevado número de vítimas, responde-se com estruturas multifuncionais, de diversas valências e que vinculam ao empenhamento de um vasto conjunto de instituições (Angelo, 2005, p. 415). Por isso, a cooperação que se vem processando entre as Organizações Internacionais e os Estados, visando a conjugação de esforços para a constituição de forças multinacionais destinadas a actuar em operações humanitárias, de restabelecimento, manutenção e construção da paz, constitui um importante passo para a consolidação de uma Nova Ordem Internacional. Esta ordem, alicerçada num sistema de segurança colectivo, é adveniente da alteração de forças no período pós guerra-fria, mercê do processo de descolonização e emergência de novos Estados e de novas potências, económicas e militares (Rémond, 1994).

2.2. História das operações de manutenção de paz

A ONU define *Peacekeeping* como “ o envio de efectivos militares e pessoal civil para uma zona de conflito com o consentimento das partes de forma a parar ou conter as hostilidades ou supervisionar o incremento de um acordo de paz” (Harleman, 2003, p.10). As operações de paz são, salvo raras excepções, autorizadas pelo Conselho de Segurança, com a anuência do governo ou autoridade anfitriã e com as outras partes envolvidas no conflito. Os efectivos militares são voluntariamente disponibilizados pelos Estados Membros e são financiados pela comunidade internacional, pois para cada missão, o departamento da ONU para as operações de paz tem de encontrar os países disponíveis em contribuir com efectivos, material e apoio monetário, bem como coordenar todos os aspectos que envolvem a missão. É relevante notar que o receio de baixas humanas impede muitos dos países de enviarem os seus soldados, existindo assim grandes discrepâncias em termos de coordenação de meio militares, materiais, equipamento e linguagem (UNDPKO, 2005).

Desde o seu início, a ONU estiveram envolvidas na independência de cerca de 60 antigas colónias, sendo 60% da sua actividade dirigida para a ajuda a países em

desenvolvimento, com custos operacionais estimados em cerca de 6 mil milhões de dólares americanos por ano (Halerman, 2003, p.12). A primeira operação de manutenção de paz foi uma missão de observação, a UNTSO, missão de supervisão criada na Palestina em Junho de 1948 e ainda em vigor. Até à data, já existiram mais de 55 missões. A mais complexa e dispendiosa foi a missão de administração transitória de autoridade no Camboja (UNTAC), tendo sido dispendidos 3 biliões de dólares americanos, envolvido cinco mil capacetes azuis, 3600 polícias e 5000 funcionários, provenientes de 32 países (Moore, J. 1996).

Inicialmente desenvolvidas para fazer cessar e controlar os conflitos entre dois países, as operações de paz são mais utilizadas no pós-guerra ou pós-conflitos civis ou regionais, querelas estas de elevada complexidade, pois as suas origens são essencialmente internas mas com repercussões nas fronteiras com os Estados vizinhos ou por interesses económicos difusos de outros Estados. No entanto, os trágicos acontecimentos do 11 de Setembro de 2001, em Nova Iorque, criaram uma grave erosão de um dos princípios fundamentais: “não interferir em assuntos essenciais da jurisdição interna de cada Estado” (Halerman, 2003, p.5).

Dada a sua importância para o nosso estudo, iremos seguidamente efectuar o enquadramento das operações de *Peacekeeping*, para em seguida apresentarmos as diferentes tipologias e o quadro geral das missões.

2.2.1. Enquadramento

O termo Operações de Paz engloba as actividades diplomáticas tendentes a estabelecer a paz (*Peacemaking*), e as intervenções pós-crise destinadas a sustentar a paz (*Peace Building*).

O termo *Peacekeeping*⁶ (Beattie, C., cit. in Woodhouse, 2000, p.31) é definido como uma operação envolvendo efectivos militares sem poderes de intervenção, enviados pela Nações Unidas para ajudar a restaurar e manter a paz internacional e a segurança nas áreas em conflito (Woodhouse, 2000, p.31). Estas operações são de cariz voluntário e consolidam-se no consentimento e cooperação. Como envolvem meios militares, os objectivos são atingidos não pelo uso das armas mas pela persuasão do uso das mesmas sob os auspícios do artigo 42º da carta da ONU (United Nations, 1990, p.4).

⁶ *Peacekeeping* reflecte a mudança psicológica de um adversário para um papel pacífico, da confrontação para a intervenção da mediação. Em *Peacekeeping* não existem inimigos, o objectivo é evitar as hostilidades, melhorar o diálogo entre as partes e avançar no processo de reconciliação. Impõe-se assim uma profunda compreensão das causas políticas, militares e económicas do conflito, bem como do envolvimento social e cultural. Obriga a uma abordagem clarividente e imparcial enquanto se intervém num ambiente de desconfiança e suspeição entre os protagonistas, usualmente sobre condições adversas.

O termo *Peacemaking* é uma acção diplomática tendente a trazer as partes em conflito para a mesa da negociação através de meios pacíficos, sob os auspícios dos Capítulos VI e VIII (acordos regionais) da carta da ONU. Subdivide-se em duas grandes categorias: as missões de observação e as de manutenção da paz, ambas regidas pelos mesmos princípios básicos. As missões de observação preenchem a maioria destas operações. São geralmente implementadas em ambientes não-hostis, exceptuando o caso da Serra Leoa, e consistem no envio de algumas centenas de militares desarmados. Hillen (1998) define-as como desprovidas da força militar para conduzir o mandato sem a cooperação das partes envolvidas.

O termo *Peace Building* inclui a identificação das medidas que promovam a paz e a confiança entre as antigas partes beligerantes, evitando o ressurgimento do conflito. Serve de ligação entre o cessar das hostilidades e o desenvolvimento social e económico (Berdal, 2001, p. 43). As operações de manutenção da paz tradicionais, como foi o caso do Chipre, tinham funções de elevada complexidade militar mas consistiam apenas em alguns milhares de militares. O seu objectivo estava restringido à contenção do conflito armado de forma a criar um clima de estabilidade para a futura resolução política. Estavam autorizados a usar a força só em casos de legítima defesa ou em defesa de outrem no caso de um ataque armado. Contudo, as operações de manutenção de paz de segunda geração (como foi o caso das operações no Camboja, Angola e Moçambique) eram muito mais complexas em tamanho, funcionalidade e valências do que as anteriores, pois tinham que intervir em cenários politicamente mais instáveis, amiúde no seio de conflitos intra-estados e sem quaisquer acordos de paz previamente estabelecidos (Hillen, 1998). Estas operações, tornaram-se mais complexas, envolvendo não só os militares mas igualmente a polícia civil, peritos eleitorais, especialistas em desminagem, monitores de direitos humanos, especialistas em assuntos civis, peritos em comunicações e relações públicas.

Uma das questões que preocupava e preocupa, naturalmente, a Assembleia Geral da ONU nestas denominadas intervenções humanitárias, é a perda da soberania e o enfraquecimento do Estado-Nação. Desde o final da Guerra Fria, os Estados denominados fracos ou falhados, termo este que deve ser contextualizado na inexistência de capacidade institucional para implementar ou impor políticas, muitas vezes induzida pela subjacente falta de legitimidade do sistema político como um todo, tornaram-se provavelmente o principal foco de instabilidade internacional (Crocker 2003, cit. in Fukuyama, 2006, p.102). Entre 1989 e o 11 de Setembro de 2001, estiveram no epicentro dos conflitos Estados como a Somália, o Haiti, o Camboja, a Bósnia, o Kosovo, o Ruanda, a Libéria, a Serra Leoa e Timor-leste.

As actuais operações desenrolam-se em cenários de crise provocados por guerras inter-estados devidas a interesses económicos que aparecem mascarados de divergências religiosas, étnicas e nacionalismos. Envolvem com frequência numerosas facções em conflito, desprovidas de cadeia de comando ou direcção política e que, portanto, se tornam difíceis de responsabilizar. Decorrem em cenário de crise, isto é, onde existe um aumento da desordem e da incerteza no seio de um sistema (Correia, 2004, p. 94), materializando-se no incumprimento de acordos de cessar-fogo, inexistência de lei, riscos de confronto armado, enormes atrocidades sobre a população civil, colapso das infra-estruturas civis, governos locais não-cooperantes e zonas indefinidas de actuação (Wilkinson & Rinaldo, 1995). Procura-se assim o fim das hostilidades e a reconciliação das partes desavindas e não uma vitória militar.

2.2.2. Tipologia das missões internacionais

As missões internacionais de que se temos vindo a falar apresentam-se sob a designação, agora generalizada, de Operações de Apoio à Paz (OAP), a qual traduz o conjunto de actividades levadas a cabo por forças multinacionais, sob a égide da ONU e da OSCE, cujo objectivo é garantir, manter e restaurar a paz e a segurança internacionais. Preponderantemente, as actividades referidas desenvolvem-se no quadro das resoluções do Conselho de Segurança (CS), numa relação de cooperação, ou não, com as partes conflitantes, com propósitos de controlo e de solução de conflitos inter e intra-estados. Estas actividades processam-se de forma criteriosa e planeada, em perfeita sincronização com os objectivos a alcançar, e em paridade com a evolução do conflito. Primam as suas condutas por princípios basilares como o respeito mútuo, imparcialidade, credibilidade, uso mínimo da força, transparência, legitimidade e versatilidade (Escameia, 2001).

A promoção da paz, da cooperação e da segurança internacional são propósitos firmes que estão na base do nascimento da Sociedade das Nações e posteriormente da ONU, após a I e II Guerras Mundiais, respectivamente. Para a concretização de tais objectivos práticos dos princípios de segurança colectiva, do direito internacional, dos direitos humanos e do desenvolvimento social, foi o Conselho de Segurança investido da necessária autoridade, estando, para o efeito, legitimado o recurso ao uso da força militar ou de meios militares. Não estando a expressão manutenção da paz vertida na Carta da ONU, foi todavia adoptada no contexto da Operação UNEF-1, em 1956, no Médio Oriente, definindo-se aí os princípios orientadores das acções futuras das forças empenhadas neste tipo de missões caracterizadoras de novas técnicas de resolução de conflitos alicerçadas na cooperação e colaboração protagonizada pelos Estados Membros (Guéhenno, 2003).

No período da Guerra Fria e até princípios dos anos 60, as forças empenhadas eram exclusivamente militares. Com o ocaso desta, houve necessidade de reformular o conceito manutenção da paz. Os conflitos, outrora entre Estados, apresentavam agora uma outra caracterização que se materializa eminentemente por conflitos no interior dos próprios Estados, em crescendo na sequência da independência de vários Estados que apresentam estruturas débeis do ponto de vista económico, social e político, conflitos inter-étnicos e religiosos, violação dos direitos humanos, ausência de leis, justiça e ordem que conduz ao banditismo, à corrupção e ao caos generalizado. Este quadro, perturbador do equilíbrio e segurança internacionais, influencia negativamente a prestação de ajuda humanitária nos países em conflito à população mais afectada, despoleta o aparecimento de operações num outro contexto em que, apesar do uso da força ser autorizado de acordo com o Capítulo VII da Carta, a força de paz continua a ser neutral e imparcial face às partes envolvidas, sem qualquer mandato para deter o agressor (quando é possível identificá-lo) nem impor o fim das hostilidades, conseguindo condições para chegar a um acordo de paz (Kaplan, 2002).

A década de 90 do século passado viu uma evolução sem precedentes de missões da ONU, nomeadamente as de Peacekeeping. Esta nova dimensão de intervenção adveio do fim do bloco soviético, em que a média de 13.000 capacetes azuis em 1989, passou para cerca de 78.500, no início de 1993, em missões desde Moçambique até ao Camboja (Global Policy, 2003). O Secretário-Geral da ONU, Boutros Ghali, definia, em 1992 (cit. in Jones, 2000, p.9), as missões de apoio à Paz desta forma: “Para serem verdadeiramente eficazes, as operações de restabelecimento e manutenção da paz devem igualmente definir e prever a definição das estruturas próprias à consolidação da paz e assim suscitar a confiança e tranquilidade das populações”.

2.2.3. Quadro geral das missões

As actividades desenvolvidas no âmbito das missões de Apoio à Paz, a que já nos reportámos, têm forçosamente que ser legitimadas por mandatos do C.S, em ambiente de cooperação ou não cooperação local, adoptando várias nuances de acordo com a situação encontrada e a evolução que for sofrendo. (UNDPKO, 1994). Destacam-se como mais significantes, as seguintes operações:

- Prevenção de conflitos - compreende as actividades destinadas a evitar que os diferendos se agravem, alargando-se ou degenerando em conflitos armados, incluindo desde as iniciativas diplomáticas, ao emprego preventivo de tropas para encorajar a resolução pacífica de uma determinada situação de crise que ameace degenerar em conflito armado, podendo ainda incluir missões de verificação e observação, inspecção, consultas, avisos e emprego preventivo de forças militares ou missões civis.

- Manutenção de paz - são as actividades levadas a cabo com o consentimento das partes em conflito, por uma terceira parte imparcial sob a égide de um organismo internacional, utilizando forças militares, de polícia e civis para a contenção, moderação e fim das hostilidades em complementos dos esforços encetados para a resolução do conflito entre Estados ou no interior de um Estado. As operações incluídas no conjunto de actividades de manutenção de paz realizam-se normalmente na sequência de um acordo realizado entre as partes (cessar fogo, separação de forças), sendo as actividades de observação e de interposição as mais típicas das forças militares, como por exemplo a protecção da distribuição da ajuda humanitária.

- Restabelecimento da paz - engloba as acções diplomáticas conduzidas depois do início do conflito, com o objectivo de se conseguir condições de resolução de uma maneira pacífica. Inclui os bons ofícios, a mediação e tentativas de conciliação, e dependendo das características e objectivos, o isolamento diplomático e sanções.

- Imposição da paz - designa as actividades desenvolvidas por forças militares multinacionais para restaurar a paz numa área de conflito. Estas operações são legitimadas pelo Capítulo VII da Carta da ONU e podem ocorrer em conflitos entre Estados ou no interior de um Estado, quando o conflito ameace a paz e a segurança internacionais ou em condições de desastre humanitário que obrigue ao emprego da força. Implicam a utilização de operações de combate para alcançar os objectivos e vai para além do que é considerado como manutenção de paz em que o consentimento das partes não é necessário nem provável, e em que o princípio da imparcialidade é observado.

- Consolidação da paz – Inclui o conjunto de medidas levadas a cabo no seguimento da resolução de um conflito, destinadas a identificar e fortalecer estruturas adequadas ao reforço e consolidação do processo político, a fim de evitar o retorno das hostilidades. Assume a forma de projectos de cooperação que contribuam para o desenvolvimento económico e social e para aumentar a confiança, sendo elemento fundamental para a preservação da paz e podendo requerer, quer o envolvimento civil, quer o militar.

- Ajuda humanitária - reúne as actividades desenvolvidas com a finalidade de minorar os efeitos negativos dos conflitos na população, especialmente onde as autoridades responsáveis não terão possibilidade, ou não desejam fornecer o apoio adequado à população. As missões de ajuda humanitária podem ser conduzidas complementando outro tipo de operações de apoio à paz ou serem completamente diferenciadas destas, como por exemplo na sequência de uma catástrofe ou calamidade natural.

2.3. Direito de ingerência ou intervenção positiva

O chamado direito de ingerência nunca foi estatuído nem regulamentado, tendo sido efectuadas diversas tentativas de o regulamentar, abortadas pela intervenção da OTAN em Krajina e na Bósnia, e com a intervenção no Kosovo em 1999.

A obrigação de a Ordem Jurídica Internacional prosseguir o desenvolvimento dos povos, constitui um dos corolários essenciais da inoculação no direito internacional do conceito de solidariedade entre Estados e Povos, em vez do conceito clássico da soberania egoísta e individualista dos Estados, exprimindo um dos elementos nucleares do novo e moderno Direito Internacional da Solidariedade (Pereira & Quadros, 2000). Deste modo, o imperativo do prévio consentimento por parte dos Estados em pré-conflito, tem sido cada vez mais relegado em face de interesses superiores, quer por razões humanitárias, quer por motivos de defesa dos direitos do Homem, como é disso exemplo o presente caso da República Democrática do Congo. O direito-dever consignado no artigo 56º da Carta, preconiza a obrigação dos Estados Membros intervirem, em acções conjuntas ou separadas, para a protecção dos direitos do Homem e reforçar o cumprimento do direito internacional.

Assim, no caso de Timor-leste só muito tardiamente, face ao descalabro da situação antes e após o referendo de 1999, e por pressão da administração Clinton, de diversas ONG e dos Media (Danielli, 2002), é que foi invocado o princípio da ingerência humanitária, de forma a limitar os danos que as milícias pró-integracionistas provocaram. A cedência da Indonésia pareceu, assim, configurar o denominado “consentimento induzido”, que se concretizou numa resolução da ONU e no diligente envio de forças anglo-americanas, no seio da denominada UNAMET, materializando a “Operação Estabilizar” (Pereira, 2001).

As hesitações da ONU em intervirem no processo do referendo em Timor-leste causaram a calamidade que era facilmente previsível pois durante os meses que antecederam o plebiscito, a ONU foi, repetida e exaustivamente, alertada para o que aconteceria se as eleições se realizassem sem as necessárias garantias de segurança, no seguimento do que haviam sido as atrocidades cometidas contra a população civil, durante os 25 anos de ocupação indonésia, que atingiram níveis de genocídio, com um total de vítimas que rondou, aproximadamente, as 200.000 pessoas, mais de um quarto da população (Chomsky, 2001). Em 1994, a ONU já sentira uma série de desastrosos falhanços políticos, alguns deles da sua exclusiva responsabilidade, outros advenientes da sua tibieza, como foram os casos da Somália, Angola, Ruanda e Bósnia, onde foram massacrados centenas de milhar de civis, quase sempre sob protecção das forças da ONU e em resultado do colapso dos acordos de paz alcançados sob os auspícios dos representantes da mesma ONU. As razões para estes fracassos prendem-se, primeiro,

porque nos anos 90 do século passado, houveram uma série de missões autorizadas pela ONU mas não conduzidas por ela, denominadas intervenções multinacionais (Forman & Grene, cit. in Malone, 2004), como foram os casos das intervenções no Zaire, Bósnia (conduzida pela OTAN com autorização da ONU -SFOR), em Timor-leste (com a INTERFET, conduzida pelos Australianos, seguida da UNTAET sob o Capítulo VII), todas elas autorizadas pelo Conselho de Segurança da ONU, mas comandadas e geridas por um só país. Estas missões tiveram problemas porque foram denominadas por serem de influência colonial, com aplicação do uso excessivo da força e selectividade (Jones, 2000).

Segundo, houve um aumento exponencial das chamadas missões multinacionais, com um incremento da acção política, militar, civil e judicial da ONU, como no caso da Namíbia (UNTAG) e no Camboja (UNTAC), bem como na Serra Leoa (UNOMSIL), não esquecendo as complexas missões da ONU no Kosovo (UNMIK) e em Timor-leste (UNTAET) onde a ONU tinha total autoridade judicial, legal, executiva. Nestas missões, a ONU esteve incumbida de gerir todos os aspectos da administração civil, reconstrução económica, gestão financeira, segurança interna e externa, relações internacionais e elaboração de tratados, eleições, justiça e redacção de leis (Galvão Teles, 1999).

Terceiro, o envolvimento acrescido de actores internacionais, na implementação de operações de paz da ONU, como foi o caso das ONG. Esta colaboração espelhou-se nas denominadas missões integradas, que eram compostas não só da vertente política, militar, policial, e civil, mas igualmente da componente humanitária, desenvolvimento, direitos humanos e cooperação tecnológica, localizadas nas instalações das Nações Unidas e sob a direcção operacional de um Representante Especial do Secretário-geral (SRSG).

Quarto, envolveu o crescente uso de missões políticas com o envio de representantes políticos ou enviados especiais para zonas de potencial conflito, sem a presença ou acompanhamento de capacetes azuis ou forças multinacionais, como foi o caso, em 1946, no Médio-Oriente, embora algo timidamente este recurso fosse usado nos anos 70 e 80. O grande aumento deu-se nos finais de 80 e na década de 90, *Inter Alia*, para o Afeganistão, Angola, Balcãs, Myanmar, Burundi, Colômbia, Costa do Marfim, Camarões, Nigéria, Republica Centro Africana e Somália (Jones, 2000).

Quinto, o número de operações que ocorreram sem autorização da ONU, das quais se realça a da OTAN no Kosovo.

Terminada a caracterização das missões internacionais de paz, consideramos pertinente caracterizar a missão específica efectuada pela G.N.R no território de Timor-leste.

3. A G.N.R na missão internacional de paz em Timor-leste

Para melhor compreendermos a especificidade da missão da G.N.R em Timor-leste, apresentaremos uma breve caracterização deste território, para em seguida descrevermos a participação da G.N.R.

3.1. O território de Timor-leste

A ilha de Timor está localizada num dos extremos do Sudeste Asiático. O nome da ilha é de origem malaia, significando Oriente, distinguindo-se das restantes ilhas situadas mais a Leste pela designação de Timor Tesar ou Oriente Grande. Fica localizada entre as coordenadas Universal Transversal Mercator (UTM) 9º 20' latitude Sul e 125º 18' longitude Este, sendo uma das últimas ilhas que compõem a denominada Insulíndia, onde nos mapas físicos, ambos os termos, Indonésia ou Insulíndia significam Índia Insular, *nesos* e *Ínsula*, respectivamente, e em grego e latim, significam ilha (Marcos, 1995). É uma região formada por diversos arquipélagos, que se espalham, em arco, do sul do mar da China ao norte da Austrália, e que incluem a República das Filipinas, a Federação da Malásia, a República da Indonésia e o Sultanato Islâmico do Brunei.

A ilha de Timor é constituída pela província de Nusa Tenggara Timur, Indonésia e pela República Democrática de Timor-leste, abrangendo cerca de 30.000 quilómetros quadrados. Possui a forma oblonga, interpretada pelo imaginário local como sendo o contorno de um crocodilo, símbolo predominante do país. Está orientada na direcção Sudoeste / Nordeste, sendo banhada, ao Sul e Leste pelo mar de Timor (Oceano Índico) e ao norte pelo mar de Banda (United Nations, 2008). Tem aproximadamente 15.000 quilómetros quadrados, cerca de 1/6 da área de Portugal, sendo estes repartidos por quatro áreas distintas. A metade leste da ilha, Timor-leste, com 14.000 quilómetros quadrados, o enclave de Oecussi com 815 quilómetros quadrados, a ilha de Ataúro, com 141 quilómetros quadrados e o ilhéu de Jaco com 11 quilómetros quadrados (Hull, 2001).

A Administração transitória da ONU e posteriormente o Governo da República Democrática de Timor-leste mantiveram a organização administrativa implementada durante a ocupação Indonésia, pelo que Timor-leste continuou dividido em 13 Distritos, 65 subdistritos e 448 sucos, subdividindo-se em aldeias. Os 13 distritos indonésios são uma colagem da organização administrativa portuguesa, formada por 13 concelhos. Durante a ocupação indonésia ocorreu, no entanto, uma sobreposição entre a administração civil e a administração militar, facto revelador do clima de insegurança e instabilidade existente (GERTIL, 2002).

Timor-leste é o mais jovem Estado, simultaneamente, do séc. XX e do séc. XXI, até à criação do Estado do Kosovo, ocupando a posição 158 do IDH (UNDP, 2009). Tem

as suas únicas fronteiras terrestres com a Indonésia, Estado que ocupou Timor e o integrou como uma das suas províncias até ao referendo pela independência, em 30 de Agosto de 1999, conduzido pela UNAMET, criada após Resolução nº 1246 / 1999, do Conselho de Segurança da ONU, em 11 de Junho de 1999. Neste referendo, após 78.5 % dos votantes decidirem pelo corte do cordão à Indonésia, as milícias pró-integração, com a conivência das autoridades indonésias, mataram 1.300 pessoas e forçaram a uma fuga em massa de cerca de 500 mil (Matoso, 2001). O Relatório Brahimi (cit in Ferro, 2005, p.89) a propósito deste jovem Estado do sistema político internacional referia que “Nenhuma outra operação tem que criar e aplicar a lei, estabelecer serviços e regulamentos alfandegários, determinar e recolher impostos individuais e colectivos, atrair o investimento estrangeiro, adjudicar as disputas de propriedade e as indemnizações pelos danos de guerra, reconstruir e fazer funcionar todos os serviços públicos, criar um sistema bancário, administrar escolas e pagar aos professores e recolher o lixo - numa sociedade destruída pela guerra, recorrendo a contribuições voluntárias, pois o orçamento atribuído à missão, mesmo nas administrações transitórias, não financia a administração local. Além destas tarefas, estas missões têm, também, que tentar reconstruir a sociedade civil e promover o respeito pelos direitos humanos, em lugares onde o ódio é generalizado e os rancores profundos”.

A UNAMET foi a missão da ONU “incumbida de coroar as conversações entre Portugal e a Indonésia sobre Timor-leste, que se materializaram nos Acordos de 5 de Maio de 1999, fazendo com que fosse estabelecida uma missão das Nações Unidas em Timor-leste para levar a cabo a consulta popular, na qual os timorenses votariam pela independência ou pela autonomia especial proposta pela Indonésia” (Ferro, 2005, p.120). As funções da UNAMET não se esgotavam contudo no referendo, incluindo um papel determinante na transição para o estatuto final do território, quer pendesse para a integração na Indonésia, quer pela opção pela independência. Timor-leste foi, assim, uma experiência única de Construção de Estados, onde pela primeira vez, a ONU desempenhou um papel fundamental na criação de um país. O envolvimento da ONU na questão de Timor-leste seguiu uma linha que passou pela autodeterminação/direitos humanos/processo/afastamento, no caso das Resoluções da ONU relativas a Timor-leste (Escameia, 2001). Verifica-se, pois, que o enquadramento da questão de Timor-leste, na ONU foi fruto de um processo de acompanhamento da questão desde a sua invasão pela Indonésia e que resultou de uma ocupação que a ONU nunca reconheceu, concedendo a Portugal o estatuto de potência administrante de Timor-leste e este como um território não autónomo (Moreira, 1976).

Após a partida da INTERFET, missão de intervenção no território para repor a lei e a ordem (maioritariamente composta por tropas australianas), em 25 de Outubro de

1999 foi criada a missão seguinte, denominada UNTAET pela Resolução 1272, do Conselho de Segurança da ONU.

O reconhecimento que a construção de um Estado é uma tarefa de décadas levou a que a ONU, mesmo após a independência, estabelecesse a UNMISSET, após a retirada da Administração Transitória. Criada pela Resolução 1410 do Conselho de Segurança, a UNMISSET foi mandatada para, num período inicial de 12 meses “assistir Timor-leste em áreas consideradas ainda insuficientemente desenvolvidas e fundamentais para a criação de um Estado viável (Ferreira, 2005, p. 227). É neste contexto que se integra a participação da G.N.R.

3.2. A participação da G.N.R. nas missões internacionais de paz

No início de 1960 foi destacada a primeira força civil de polícias para o Chipre, em complemento da já existente força de manutenção de paz. Embora ensombrada por um mandato pobre e inútil, serviu para adquirir experiência na concepção de futuros mandatos de polícia. Tal como os contingentes militares, a polícia da ONU (UNPOL) organiza-se em Quartel-general, apoiado por uma componente logística e trabalha em equipas e a sua inicial componente desarmada tornava-os politicamente consentidos em vez dos militares uniformizados e armados. Sendo predominantemente empregues no treino de forças de polícia locais, desempenham ainda hoje uma componente deveras importante na manutenção do Estado de Direito, como é o caso de Timor-leste (Halerman, 2003). Nesse contexto podemos incluir os actores envolvidos em operações dentro e fora do território de cada um, fazendo parte dessa lista a G.N.R, que desde o ano de 1992 vem tomando parte em missões no exterior do seu território, umas vezes com elementos isolados, outras com o recurso a unidades constituídas, como foi o caso de Timor-leste e do Iraque. Devido aos compromissos internacionais assumidos pelo Estado Português, a G.N.R viu-se assim empenhada em diversas missões, que, pela sua dispersão geográfica, requereram um planeamento meticuloso e uma organização logística complexa. No início de 2001, Portugal era o décimo país contribuinte com efectivos para o esforço de manutenção da paz da ONU e o primeiro da União Europeia. (Pereira, 2001).

A nível internacional, como já vimos, o artigo 43º da Carta da ONU estabelece que os Estados Membros ficam obrigados a colaborar com o Conselho de Segurança. A nível interno, a Constituição da República Portuguesa, no seu artº 7º e a mais especificamente a Lei nº 20/87, de 12 de Junho, no seu artº 4º, nº2 define que “No quadro dos compromissos internacionais e das normas aplicáveis do direito internacional, as forças e serviços de segurança interna podem actuar fora do espaço sujeito a poderes de jurisdição do Estado Português em cooperação com organismos e serviços de Estados

estrangeiros ou com organizações de que Portugal faça parte”, transpondo para o direito interno a legitimidade de intervenção. Ainda em relação à legislação nacional, depois de vários avanços e recuos, na 4ª revisão Constitucional levada a efeito em 1997, é, inequivocamente incluído na Constituição da República Portuguesa, no seu artº 275º “satisfazer os compromissos internacionais do Estado Português, no âmbito militar e participar em missões humanitárias e de paz assumidas pelas organizações internacionais de que Portugal faça parte”.

A primeira missão da G.N.R deu-se no âmbito da UEO, em 1995, materializando-se na presença de um Major que desempenhou funções de oficial de ligação, no posto de comando de Calafate, Roménia. Em Angola, no âmbito da missão UNAVEM III da ONU, participaram como observadores de polícia, 10 Oficiais em 1995, e 21 no ano seguinte. Ainda em território angolano, integrados na MONUA, em 1997, estiveram presentes trinta e oito militares, sendo 28 oficiais e 10 sargentos. No ano de 1998, seguiu-se um efectivo de 32 oficiais e 21 sargentos, finalizando a presença da GNR em Angola no ano de 1999. Seguiram-se ainda no âmbito da OSCE, a participação de mais dois Oficiais em Skopje - Macedónia, em Outubro de 2002 e Março de 2003 (Soares, 2005). A participação da G.N.R foi sendo alargada, tendo os seus elementos exercido variadas funções no âmbito de diversas organizações. Por último mas não menos importantes, a participação em operações de ajuda humanitária de binómios homem-cão da Companhia cinotécnica em situações de catástrofe, na Turquia em Agosto de 1999, da Argélia em Maio de 2003, no Irão de 26 de Dezembro de 2004 a 04 de Janeiro de 2004 e em Marrocos em Fevereiro de 2004. Realçam-se ainda as participações na Libéria, Haiti, Costa do Marfim e República Democrática do Congo. Em termos de Unidades constituídas, a G.N.R tem tido boas experiências, tendo iniciado a sua participação com a colocação em Timor-leste de uma Unidade de Reacção Rápida (R.R.U.), entre Janeiro de 2000 e Junho de 2002, integrada na UNTAET e na UNMISSET. Logo de seguida, de forma a complementar a situação em território timorense, a ONU colocou em acção a missão UNMISSET/CIVPOL, para a qual a G.N.R contribuiu com 11 militares com funções executivas de Polícia. A outra grande participação de Portugal e da G.N.R foi aquela que decorreu no Iraque. O Sub agrupamento ALFA esteve integrado numa MSU Italiana, que até Fevereiro de 2005, tendo actuado no Sudeste do Iraque e era constituído por 128 militares (Branco, 2005). Actualmente, segundo dados de Setembro de 2009 encontram-se 160 militares em Timor-leste.

Caracterizamos, neste capítulo, as missões internacionais de paz. Avançamos agora para o capítulo seguinte, no qual abordaremos os traços de personalidade, as emoções e a Procura de Sensações.

CAPÍTULO II - TRAÇOS DE PERSONALIDADE, EMOÇÕES E PROCURA DE SENSações

Neste segundo capítulo iremos abordar os traços de personalidade, com especial atenção para o traço “Procura de Sensações”. Estando este relacionado com a Procura de Sensações / emoções fortes, abordaremos também o conceito de emoção na sua relação com a personalidade, até porque a emoção se relaciona com a exaustão emocional e a percepção de stress, aspectos que abordaremos no Capítulo III.

1. Emoções e personalidade

Começaremos por referir a definição de emoção, para em seguida abordarmos a personalidade e por fim a relação entre emoções e personalidade.

1.1. Definição de emoção

Sem emoções, viveríamos num mundo acromático (Gross, 1999). As emoções permitem demarcar a nossa posição no confronto com o ambiente e orientam-nos na direcção de determinadas pessoas, objectos, estratégias de acção, afastando-nos, ao mesmo tempo de outras. Desempenham uma função na comunicação de significados a terceiros e parecem desempenhar igualmente um papel de orientação cognitiva (Damásio, 2004). O campo da emoção é interdisciplinar e complexo (Izard, 1989), envolvendo processos de origem biológica e de construção social (Gross, 1999). Assim, podemos considerar a emoção como um processo elaborado cujas manifestações e traduções abrangem três níveis: o neurofisiológico, o comportamental e o experiencial (Izard, 1991; Queirós, 1997). Para Damásio (2004), a emoção é a combinação de um processo de avaliação mental, que implica respostas, corporais e cerebrais, resultando em alterações mentais adicionais. Já Ekman (1992) considera que a principal função da emoção é preparar-nos para lidar rapidamente com encontros interpessoais relevantes, recorrendo às actividades que foram adaptativas no passado, seja este enquanto história das espécies ou enquanto passado do indivíduo.

Etimologicamente, a emoção provém do Latim *emotionem*, que significa “movimento, comoção, acto de mover”. É derivada de uma forma composta de duas palavras latinas: *ex*, “fora, para fora”, e *motio*, “movimento, acção”, “comoção” e “gesto” (Ekman, 1992; Izard, 1991). Actualmente, no estudo da emoção, as cognições são cada vez mais destacadas e analisadas. A discussão sobre se é a emoção que causa a cognição ou vice-versa, está ultrapassada, aceitando-se que as duas são correctas pois existe uma relação dinâmica entre emoções e cognição (Queirós, 1997). Vaz Serra (1999, p.227) considera que “sob o ponto de vista psicológico, as emoções alteram a

atenção, determinam que certos comportamentos passem a ocupar o topo de uma determinada hierarquia de respostas e activam aspectos relevantes de redes associativas que estão memorizadas”. A nível da saúde mental, pode-se dar o exemplo de défices de emoção positiva na depressão ou a excessiva emocionalidade da personalidade histriónica. A nível da saúde física, a hostilidade crónica associa-se à hipertensão e à doença coronária, enquanto a inibição da emoção pode despertar ou potenciar outros males ou mesmo a progressão de cancro (Gross, 1999).

As diferenças individuais e socioculturais também estão na base da decisão do despoletar de uma emoção e de como a pessoa irá agir (Izard, 1989). Em múltiplas circunstâncias sabemos que as emoções só são desencadeadas após um processo mental de avaliação, processo este que é voluntário e não automático (Damásio, 2004). Algumas emoções básicas são inatas, não requerem aprendizagem. A sua expressão ou inibição depende do desenvolvimento cognitivo do indivíduo e do contexto sociocultural onde se integra (Vaz Serra, 1999). Quando sentimos uma emoção, expressamo-la através de comportamento verbal e não-verbal. Damásio (2004) descreve extensivamente as reacções faciais de indivíduos com lesões corticais e a sua relação com as emoções, embora as expressões comportamentais da emoção não se resumem à expressão facial. Tomkins e Izard (cit. in Queirós, 1997) consideram as emoções como uma entidade complexa que afecta profunda e incisivamente o comportamento, com características inatas e apreendidas e implicando respostas a nível fisiológico, subjectivo, expressivo e comportamental. A regulação da emoção pode ser definida como a forma como os indivíduos determinam quais as emoções a ter, quando as terão e como as expressarão (Gross, 1999).

O estudo das emoções tornou-se então especialmente relevante para explicar a psicopatologia, principalmente quando se tratava de emoções muito intensas ou extremadas, procurando-se eliminar ou reduzir aquelas que eram negativas ou inadequadas (Avia, 1997). A promoção de sentimentos positivos e de bem-estar torna-se essencial nos dias de hoje e Reiser (1973) considera que cada vez mais se incrementa o interesse no estudo dos factores que intervêm nas decisões das pessoas sobre o bem-estar, assim como o estado de humor/disposição na altura da avaliação. Avia (1997), numa revisão de diversos estudos sobre a influência da emoções positivas no processamento cognitivo, verificou que os indivíduos sob a influência de afectos positivos evitam centrar-se nas informações negativas e nas tarefas difíceis ou desagradáveis. O afecto positivo também era visto como promotor da flexibilidade cognitiva, de respostas inovadoras e da Procura de Sensações ou de emoções fortes. Funciona ainda como uma fonte de motivação intrínseca, favorece a auto-protecção em situações negativas, o planeamento e encurta o tempo de tomada de decisão. A organização emocional do

indivíduo, especialmente as mudanças alternadas entre estados afectivos positivos e negativos, tem implicações decisivas nas relações interpessoais e para o estabelecimento de objectivos essenciais (Avia, 1997). As emoções funcionariam também como forma de comunicação na interacção indivíduo/meio e dariam significado ao contexto e ao lugar do indivíduo neste, atribuindo qualidade à vida (Queirós, 1997).

No que se refere ao contexto de uma missão internacional de paz, os elementos das forças de segurança, quando nomeados ou voluntariamente inscritos para integração de uma missão no exterior, nomeadamente em países onde as estruturas de apoio à vida (como hospitais, redes de saneamento e de abastecimento de água) colapsaram e onde a mera aquisição de bens de primeira necessidade é uma pura aventura (porque são quase inexistentes ou se existem, apresentam preços proibitivos e um estado de conservação / consumo no mínimo dúbios) começam por sentir emoções negativas, como receio do desconhecido, do que pode acontecer, de contrair uma doença, de sofrer um acidente rodoviário, de ser vítima de um acto agressivo, entre outros. Instala-se então o medo, emoção biologicamente programada para assegurar a vida e que tentamos prevenir, evitar ou repelir (Rodrigues & Pina Cabral, 1985). Segundo Rodrigues (1992) o medo é um sentimento que se experimenta perante um perigo, sendo a emoção “que todos os indivíduos mais receiam sentir” (Queirós, 1997, p.227), levando-os para um conceito muito aproximado ao stress (Vaz Serra, 2002). Atingir níveis de stress elevados pode ser importante para manter atitudes defensivas, mas a sua existência constante pode acarretar problemas de saúde física e mental pela quebra do equilíbrio homeostático. A percepção do medo enquanto emoção primária (Izard, 1991) é uma constante em contextos de conflito, podendo interferir com o comportamento do agente policial (Cunha Rodrigues, 1998). Estimulações biofisiológicas, provocadas pela percepção (real ou hipotética) de uma situação de perigo, potenciadora de stress, podem, numa dimensão e intensidade variável, consoante os traços de personalidade, causar receio, temor, medo, insegurança, reacções essas que tendem a ser integradas na memória (Rodrigues et al., 1989, cit. in Mendes, 2005).

1.2. Definição de personalidade

Queirós (1997) define a personalidade como um conjunto de factores internos mais ou menos estáveis que fazem com que o comportamento do indivíduo seja consistente ao longo do tempo e seja diferente do comportamento de outros indivíduos na mesma situação. A personalidade só começou a ser cientificamente estudada no início do século XX (Singer, 1984), podendo ser definida como um conjunto de acções observáveis, gestos, estados e expressões não verbais, motivações privadas, desejos, crenças, atitudes, sonhos, estilos de organização da informação e estilos de experienciar

emoções, que delineiam a individualidade única de cada pessoa numa determinada altura. É grande a variedade de definições do conceito de personalidade, não havendo uma definição universalmente aceite, apesar de existir unanimidade em considerar a personalidade como algo estável, único e específico que caracteriza e permite distinguir o indivíduo, conferindo-lhe individualidade. Para o senso comum (Mischel, 1981) o termo personalidade é frequentemente sinónimo de honestidade, força de vontade e rectidão, características que provocam empatia nos outros. Para Allport (1961, cit. in Queirós, 1997) a personalidade seria a organização dinâmica intra-individual dos sistemas psicofísicos que determinam as suas adaptações únicas ao meio, não sendo contudo sinónimo de comportamento, mas algo subjacente aos actos específicos do próprio indivíduo.

Numa tentativa de clarificar o estudo da personalidade, existem cerca de 4.500 termos a designarem a forma consistente e geral das características pessoais, o que nos permite concluir que a personalidade pode ser descrita de forma plurisignificante. São diversos os autores que se referem ao carácter e ao temperamento, sendo aferido que estes dois termos são os mais frequentemente referidos, remetendo para facetas parciais da personalidade, surgindo o temperamento associado a características inatas e o carácter a características aprendidas (Queirós, 1997).

Quanto ao traço de personalidade, Hampson (1988, cit. in Queirós, 1997), constatou que nas diferentes definições de personalidade, são frequentemente abordados factores internos. Refere ainda que o conceito de traço seria o mais utilizado, podendo ser considerado como uma característica ampla e durável. Sendo os traços inferidos de observação do comportamento passado, fornecem um meio de descrever os padrões consistentes do comportamento, bem como de antever o comportamento futuro.

Alguns autores alertam para o facto da questão da estabilidade dos traços não permitir observar as diferenças de desenvolvimento de alguns indivíduos, pois os traços podem ser estáveis mas implicarem diferentes padrões de desenvolvimento, bem como possuírem significados diferentes em termos de comparação entre o indivíduo e a população referência. A caracterização dos indivíduos segundo os traços de personalidade parece ter as suas raízes históricas na tipologia descrita por Hipócrates, no século IV a.C., na qual são definidos quatro tipos de indivíduos segundo os humores corporais: bílis amarela, bílis negra, sangue e fleuma (Queirós, 1997). O traço é então definido como uma característica que pode ser traduzida esquematicamente numa quantidade situada entre duas dimensões opostas unidas por um contínuo, podendo esta estar ou não presente, mas manifestando-se de forma estável em diferentes situações. Embora exista um profundo desacordo quanto ao número e nome dos traços, é unanimemente reconhecido que a estrutura da personalidade resulta da organização dos

diferentes traços e que estes podem ser mais inatos ou mais adquiridos, mais profundos ou mais superficiais.

1.3. Emoções e personalidade

Porque é importante salientar o papel das emoções no desenvolvimento da personalidade humana (Gross, 1999; Izard, 1989; Queirós, 1997), e porque, como na emoção não existe uma definição consensualmente aceite, podemos dizer que a personalidade é algo mais ou menos estável, singular e específico que caracteriza o ser humano, dando-lhe consistência e que permite a distinção dos outros, conferindo-lhe individualidade (Queirós, 1997). Na maioria dos modelos teóricos de personalidade, as emoções são referidas apenas superficialmente, enquanto noutras são consideradas como um dos níveis da personalidade. Queirós (1997), numa profunda revisão teórica, aponta para a existência de uma associação entre personalidade e emoções. Também Agra (1990), na sua teoria sobre o sujeito autopoietico explica que as emoções são uma expressão importante da personalidade. Izard e colaboradores (1998, cit. in Vaz Serra, 1999) realçam a importância das emoções no desenvolvimento de uma personalidade saudável, da competência social e do eventual aparecimento da psicopatologia. Allport e Vernon (1933, cit. in Gross, 1999) defendem a pertinência do estudo directo da expressão emocional, uma vez que seria a abordagem mais natural ao estudo da personalidade. Para Izard (1989) a personalidade é uma organização completa constituída por seis subsistemas: homeostático, impulsivo, emocional, perceptivo, cognitivo e motor, sendo que os quatro últimos constituiriam a base do comportamento humano único. Watson e Tellegen (1985, cit. in Avia, 1997) encontraram um factor geral de Afecto Positivo que representava a predisposição de experienciar com frequência um estado de humor positivo. Este factor é muito semelhante ao traço extroversão, um dos “big five”⁷ factores da personalidade (Avia, 1997). Para McCrae e Costa (1999) os traços são tendências básicas endógenas, que se desenvolvem ao longo da infância e atingem a maturidade na idade adulta, mantendo-se estáveis a partir daí. Argumentam ainda que a teoria dos cinco factores “big five” adopta implicitamente a teoria da personalidade como traço, ou seja, com atributos temporalmente estáveis.

Quando se relaciona personalidade e afecto, este refere-se a estados mentais em que as pessoas experienciam conforto ou desconforto com o que lhes está a acontecer (Watson, 2000 cit. in Langelaan et al., 2006). O afecto é transitório e específico de uma dada situação, sendo descrito em termos de emoções breves, como tristeza, alegria e

⁷ Extroversão vs Introversão; Agradabilidade / cuidado / meticulosidade vs falta de cuidado; Estabilidade Emocional vs Neuroticismo; Intelecto / Autonomia vs Abertura à Experiência, de McCrae e Costa (1999).

entusiasmo (Langelaan et al., 2006). A personalidade refere-se a características pessoais relativamente estáveis tratando-se de tendências gerais de conduta que reflectem diferenças individuais no estilo emocional, constantes ao longo do tempo e que têm uma influência geral nas respostas emocionais (Warr, 1999 cit. in Langelaan et al., 2006).

As variáveis Afecto Positivo e Afecto Negativo têm vindo a ser sistematicamente associadas com dois factores de personalidade do “big five”, concretamente, o neuroticismo e a extroversão. O neuroticismo descreve a tendência geral de experienciar emoções perturbadoras, como o medo, depressão e frustração, enquanto a extroversão reflecte a disposição para a alegria, sociabilidade e elevada actividade (Gross, 1999; MCrae & Costa, 1999). A extroversão aparece assim como um forte predictor do bem-estar e a probabilidade de um estado óptimo aumenta à medida que aumenta a extroversão e diminui o neuroticismo (Langelaan et al., 2006).

Através do que temos vindo a expor, verificamos que as emoções cruzam-se com o conceito de personalidade de várias formas, destacando-se o traço “Procura de Sensações/emoções fortes”, que abordaremos seguidamente.

2. Traços de personalidade e “Procura de Sensações”

Para melhor entendermos o traço de “Procura de Sensações”, começaremos por apresentar algumas considerações globais, para em seguida descrevermos estudos empíricos sobre este traço.

2.1. Aspectos globais

Considera-se que os traços estão presentes em todas as espécies de mamíferos e que a diversidade de traços que podemos observar em cada indivíduo de uma espécie, permite-nos avaliar a maior ou menor complexidade do seu sistema de organização social (Fox, 1974). A existência de predisposições permanentes e de reacções extremas a situações normais nas pessoas poderia ser explicada pelo efeito que a selecção natural produziu no desenvolvimento filogenético da nossa espécie. Assim, as qualidades abstractas que pressupomos terem sido necessárias para a sobrevivência, não são senão qualidades individuais que se transmitem geneticamente e se desenvolvem através da interacção dos grupos humanos como a tribo, a família e a comunidade (Zakahari, 2005). Ora a personalidade consiste num conjunto de características biopsicossociais estáveis, designadas por traços (Queirós, 1997), traduzindo-se numa individualidade a nível do comportamento, pensamento e afectos. Segundo as teorias psicométricas, o estudo da personalidade pode ser realizado através das diferenças individuais e dos chamados traços de personalidade. A teoria dos traços de Hans J.

Eysenck é uma das mais adoptadas em análises de factores (Eysenck & Zuckerman, 1978) identificando quatro dimensões da personalidade: introversão / extroversão, estabilidade / neuroticismo, normalidade / psicoticismo e sinceridade ou conformidade social / mentira (Moreira, 2008). A extroversão estaria relacionada com o traço “Procura de Sensações” (Eysenck & Zuckerman, 1978), podendo este traço ser explicado através de factores bioquímicos que determinam a forma como o cérebro reage à estimulação do ambiente (Zuckerman, 1994, 2004, 2007; Zuckerman et al., 1980; Zuckerman et al., 1988), possuindo associações perenes e consistentes com diferenças de idade, género e perturbações psicológicas. Estudos comparativos das funções dos sistemas neurotransmissores indicam que o sistema dopaminérgico pode estar relacionado com a procura de recompensas biológicas que parecem caracterizar a Procura de Sensações, particularmente nos comportamentos aditivos (Duaux et al., 1998).

Outros estudos na área da psicofisiologia, verificaram que o cérebro dos indivíduos que têm maior Procura de Sensações é mais sensível aos estímulos intensos e novos e que o reflexo de orientação é mais forte quando provocado por novos estímulos (Brocke et al., 2000; Ridgeway & Hare, 1981; Zuckerman, 1994, 2004, 2007; Zuckerman et al., 1980; Zuckerman, 2000).

O traço “Procura de Sensações” ou procura de emoções fortes foi originalmente referido como “sensation seeking”, sendo descrito como uma tendência de Procura de Sensações intensas, novas, variadas, e complexas, associada à disposição para assumir riscos para alcançar essas experiências, riscos esses que podem ser de nível físico, social, legal e financeiro (Zuckerman, 1994; 2007). O traço pode ser dividido em quatro dimensões, nomeadamente, a procura de emoção e de aventura (TAS), procura de experiências (ES), desinibição (DIS) e intolerância ao aborrecimento (BS), baseando-se num modelo que integra factores genéticos, biológicos, psicofisiológicos e sociais (Zuckerman, 1983, 1990, 1994). Analisando cada uma destas sub-escalas ou factores, o factor TAS exprime o desejo de participar em desportos ou outras actividades físicas de risco que providenciam fortes sensações de velocidade ou de desafio da gravidade, tais como pára-quedismo ou mergulho, atraindo os indivíduos com elevado nível de Procura de Sensações devido à recompensa sensorial proporcionada. O factor ES refere-se à Procura de Sensações e experiências novas através da mente e dos sentidos, tais como actividades ligadas à música, arte, viagens ou através de actividades sociais não-conformistas como a associação a grupos conotados como marginais (ex: artistas, hippies e homossexuais). O factor DIS descreve a Procura de Sensações através de actividades sociais como festas, consumo de bebidas alcoólicas, e diversidade de parceiros sexuais, ignorando as consequências. O factor BS representa a intolerância a

experiências repetitivas de tipo variado, incluindo o trabalho rotineiro e pessoas aborrecidas.

Segundo Zuckerman (1994), os indivíduos que apresentam o traço de Procura de Sensações elevado teriam tendência para a assumpção de comportamentos que aumentem a quantidade de estimulação que experienciam. Para satisfazerem essa necessidade de estimulação intensa, os indivíduos adoptam determinados comportamentos que estão associados, por exemplo a preferências profissionais, prática de desportos de risco, consumos de álcool ou estupefacientes, em suma, tudo o que provoque sensações originais e novas experiências (Arnett, 1996; Gomá-i-Freixanet, 1995; Gomá-i-Freixanet et al., 2002; Zuckerman, 1983, 1994; Zuckerman, Eysenck & Eysenck, 1978; Zuckerman et al., 1972). Para analisar este traço de personalidade, Zuckerman desenvolveu uma escala (Sensation Seeking Scale; Zuckerman et al., 1978; Zuckerman, 1983, 1994), na qual as quatro dimensões são avaliadas num conjunto de dez itens cada, sendo possível calcular o valor total e efectuar comparações em função da idade (diminuiria com a idade atendendo não só às modificações biológicas mas também à maturidade do indivíduo) e do sexo (seria menor no sexo feminino) bem como relacionar com o consumo de substâncias, através da dimensão procura de experiências, ou o comportamento anti-social, através da dimensão desinibição (Goma et al., 1988; Gomá-i-Freixanet et al., 2001).

As expressões comportamentais da “Procura de Sensações” encontram-se em diversos tipos de comportamentos de risco tais como condução perigosa (Arnett, 1996; Rimmö & Åberg, 1999; Whissell & Bigelow, 2003), jogo (Bonnaire et al., 2006; Langewish & Frish, 1998; Parke et al., 2004), actividades financeiras (Grinblatt & Keloharju, 2005), uso de álcool e drogas (Arnett, 1996; Ball et al., 1984; Desrichard & Denarié, 2005; Hoyle et al., 2002; Parent & Newman, 1999; Scourfield et al., 1996; Stephenson et al., 2003), actividade sexual (Arnett, 1996; Donohew et al., 2000; Mashegoane et al., 2002) e desporto (Goma-i-Freixanet, 1995; Franques et al., 2003; Murray, 2003).

Contudo, a “Procura de Sensações” é também um mediador do stress sendo um traço “normal”, ou seja, não revelador de funcionamentos intrinsecamente psicopatológicos ou mesmo anti-sociais (Zuckerman, 1994). A maioria dos indivíduos com altos níveis de “Procura de Sensações” não são desajustados nem apresentam um funcionamento psicopatológico (Zuckerman, 1994), nem demonstram comportamentos anti-sociais ou desviantes (Goma-i-Freixanet, 1995). É um traço expresso em termos de comportamento de exploração que implica um aumento da estimulação, tendo sido profundamente estudado na vertente da delinquência e do abuso de substâncias (Zuckerman, 1994) e na investigação sobre a prevenção de comportamentos de risco para a saúde (Stephenson et al., 2003). É também alvo de investigações em diversas

profissões, pois alguns autores (Eaddy, 1997; Gomá-i-Freixanet et al., 2002; Homant & Kennedy, 1993; Homant, Kennedy & Howton, 1994; Levenson, 1970; Zuckerman, 1994) verificaram que existem correlações elevadas entre a “Procura de Sensações” e certas profissões, tais como bombeiro, controlador aéreo e polícia.

No que se refere à existência de traços de personalidade específicos à profissão de polícia, já em 1968, Goldstein defendia que era possível identificar valores, atitudes e traços de personalidade comuns aos polícias. Muito mais tarde, Grant e Terry (2005) definiram que estes traços eram típicos da personalidade, seriam complementados com a particularidade do treino policial, com a modelagem a uma subcultura específica, adveniente da especificidade do trabalho policial e com as imposições do sistema organizacional das forças policiais. Os polícias parecem sentir uma intensa gratificação emocional quando desempenham certas funções, nomeadamente as que envolvem risco, agressividade e exercício da autoridade, quase pressentindo encontrar no desempenho da função policial um campo fértil de emoções fortes (Lester, 1983; Reiser, 1973). Outros estudos verificaram ainda que os candidatos a polícias tendem a ser mais conservadores e autoritários do que a população em geral (Austin, Hale & Ramsey, 1987, cit. in Gomá-i-Freixanet et al., 2002), podendo ficar “viciados” em agitação e perigo (Van der Kolk, 1987, cit. in Violanti, 2003), o que leva Bonifácio (1991) a reflectir sobre os factores de personalidade que predis põem para a profissão (individuais) e os factores de personalidade que podem derivar do exercício da profissão (organizacionais).

O interesse da comunidade científica pela questão dos perfis de personalidade dos polícias remonta aos anos 70 do século passado. Estudos apontam para a predominância da perspectiva do temperamento e não da socialização na modelação e adopção destes comportamentos desde que sejam avaliadas variáveis de personalidade estáveis e não as que dependem da experiência e prática policial diárias. Nas forças policiais norte-americanas, Spielberger (1979, cit. in Gomá-i-Freixanet et al., 2002) concluiu que a compreensão e capacidade de interpretação eram preditores úteis para os resultados obtidos na Academia mas não para a função policial. Alguns anos mais tarde, Aylward (1985, cit. in Gomá-i-Freixanet et al., 2002) afirmou que o quociente de inteligência contribuía apenas com 7% para a selecção dos candidatos. Mais tarde, Eber (1991, cit. in Gomá-i-Freixanet et al., 2002) após rever os dados relativos a 15000 candidatos a polícias, concluiu que os resultados indicavam que haveria um perfil de personalidade para os candidatos a polícia nos EUA, classificando-os como altamente controlados, com baixa ansiedade, de carácter determinado e alguma independência. Homant e colaboradores (1993), num estudo também decorrido nos EUA, constataram que a função policial encerra uma certa dose de risco, tendo encontrado uma apetência por comportamentos de risco na condução de veículos usados na intercepção de

suspeitos. Musolino e Hershenson (1977) na busca de dados que lhes permitissem apurar se trabalhadores de ocupações de alto risco preferiam actividades estimulantes, verificaram que comparando controladores aéreos com assalariados e estudantes, o grupo de alto risco (controladores aéreos) obteve resultados muito superiores em todas as dimensões da escala de Zuckerman, indicando existir nestes uma elevada e bem vinculada necessidade de estimulação, ocupando os polícias a terceira profissão de alto risco, depois dos pilotos e dos controladores aéreos.

O próprio Zuckerman (1994) destaca a diversidade de resultados nas sub-escalas do seu questionário, o que sugere que a Procura de Sensações é uma dimensão complexa da personalidade, invocando o estudo de Zaleski (1984, cit. in Zuckerman, 1994) no qual conclui que os bombeiros e os elementos das equipas de salvamento de montanha ou das minas polacas apresentavam resultados mais elevados do que o grupo de controlo na sub-escala DIS e resultados menores do que o grupo de desportistas na sub-escala TAS. Zuckerman (1994) avança com a explicação que correlaciona a personalidade com a classe sócio-económica, defendendo que a classe média procura sensações através do esqui, enquanto a classe trabalhadora o faz através do consumo social do álcool, do confronto físico e do sexo ocasional. Diferentes estudos (Levin & Brown, 1975, cit. in Zuckerman, 1994) demonstraram que quando comparados com guardas-prisionais americanos, os polícias de zonas semi-rurais apresentavam maiores valores no total da Procura de Sensações e na sub-escala TAS. Como eram mais jovens, quando controlada a variável idade, constatou-se que os polícias tinham menos valores na sub-escala BS. Carlson e Lester (1980, cit. in Zuckerman, 1994) apresentaram alguns itens da sub-escala TAS adoptados à actividade policial (não usar colete à prova de bala, andar sempre armado), concluindo que os agentes estaduais apresentavam valores mais elevados do que os municipais, e que os cidadãos e os que tinham mais tempo de serviço eram menos susceptíveis na procura de emoções e do perigo, porque na cidade tinham que evitar riscos desnecessários, não existindo uniformidade nos resultados. Piet (1987, cit. in Zuckerman, 1994) verificou que as actividades que implicam maior vigor físico (ex: acrobatas) podem estar associadas a baixa intolerância ao aborrecimento, pois este seria tolerado pela capacidade de os indivíduos se concentrarem e controlarem o medo. Zuckerman (1994) conclui ainda que é a escala de procura de aventura e emoção que melhor se associa a profissões de risco como a dos polícias embora a Procura de Sensações surja associada a unidades policiais de elite. No tocante à associação entre o traço de Procura de Sensações e os outros factores abordados, Zuckerman (1994) realça que um valor elevado no traço está negativamente correlacionado com a satisfação no trabalho quando este é totalmente rotineiro, e que um baixo valor no traço está associado a maior vulnerabilidade ao stress, verificando-se assim que a Procura de Sensações

funciona como factor protector quanto ao stress e exaustão emocional, mas quanto à satisfação no trabalho depende da avaliação da rotina nas tarefas.

Sendo a “Procura de Sensações” um traço muito estudado, e relevante para este trabalho, descreveremos seguidamente alguns estudos empíricos efectuados.

2.2. Estudos empíricos sobre o traço “Procura de Sensações”

Estudos inovadores a nível biológico têm apontado para a influência da hereditariedade, o que parece indicar que as diferenças individuais têm de ser aferidas numa base neuropsicológica e psicofarmacológica, assumindo-se que os “Sensation Seekers” reflectiriam uma programação genética que influenciaria a bioquímica do sistema nervoso central (Reio Jr & Sanders-Reio, 2006). A alta hereditariedade do traço não dirime a influência dos factores ambientais. De facto, factores biográficos, religião, estimulação parental e nível sócio-económico têm sido associados ao “sensation seeker” (Zuckerman, 1994).

Relativamente às diferenças individuais, o sexo é a variável que se relaciona mais profundamente com a Procura de Sensações (Zuckerman, 1994), apresentando o sexo masculino níveis mais elevados de Procura de Sensações, concretamente, nas escalas TAS e DIS. Quanto à idade, os estudos transversais demonstram o declínio da Procura de Sensações ao longo da vida, embora Zuckerman (1994) afirme a necessidade de realização de mais investigação longitudinal, embora confirme que a maior parte dos estudos comprovam um aumento da Procura de Sensações desde a infância, alcançando o pico na adolescência e início da idade adulta e diminuindo gradualmente a partir dessa altura. A sub-escala ES, sendo a única que não apresenta diferenças de género, é particularmente vulnerável a diferenças geracionais, sendo muito influenciada por mudanças culturais e educacionais (Zuckerman, 1994). McCrae e Costa (1988, cit. in Zuckerman, 1994), constataram que pese o facto de não ser típico assistir-se a mudanças significativas ao longo da idade adulta, uma das escalas que apresenta um declínio consistente, quer em estudos transversais, quer em longitudinais, é a abertura à experiência, escala relacionada com a procura de experiências (Zuckerman, 1994).

Quanto à relação entre a escolaridade e a Procura de Sensações, as amostras universitárias tendem a revelar níveis mais elevados comparativamente com as não-universitárias. Paradoxalmente, os indivíduos que abandonam precocemente o meio escolar tendem a apresentar maiores níveis de Procura de Sensações do que os que completam os ciclos académicos, confirmando que os indivíduos com altos níveis de Procura de Sensações apresentam maior risco de insucesso escolar (Zuckerman, 1994). Comparando o nível sócio-económico, parece ter maior relevância na Procura de

Sensações em mulheres do que nos homens. Zuckerman (1994) constata que em famílias com menor escolaridade e de nível sócio-económico mais baixo, a polarização adveniente do papel sexual, seria mais visível e tenderia a restringir as atitudes de Procura de Sensações nas mulheres, enquanto no campo oposto, tenderiam a encorajá-las. No tocante ao estado civil (Zuckerman & Neeb, 1980, cit. in Zuckerman, 1994) o grupo dos viúvos apresentou resultados muito semelhantes ao dos casados, sendo que os divorciados, de ambos os sexos, apresentam altos níveis de Procura de Sensações, maior desinibição e procura de novas experiências. Relativamente ao sexo, os homens divorciados pontuaram significativamente mais na Procura de Sensações.

Relacionando o traço com os “big five” factores de personalidade de McCrae & Costa (1999), Zuckerman (2003) afirma que a abertura à experiência emerge como o factor que se correlaciona mais fortemente com a dimensão procura de experiências. O “sensation seeker” parece ser motivado pelo prazer intrínseco derivado das sensações e actividades. Para muitas pessoas, as experiências reais são geralmente mais estimulantes. Para indivíduos com baixos níveis de Procura de Sensações, as experiências passivas podem proporcionar-lhes o nível de estimulação que desejam, ao passo que a experiência real poderia exceder os níveis de estimulação, raiando o incómodo (Zuckerman, 1994). A impulsividade, embora não equivalente à Procura de Sensações, é um traço altamente correlacionado com este, nomeadamente nos aspectos que se referem ao não planeamento e à assumpção de riscos.

Em relação ao *burnout*, Zuckerman (1994) num estudo com estudantes universitários verificou que os altos níveis de *burnout* se correlacionavam com baixos níveis de Procura de Sensações, de procura de experiências e de intolerância ao aborrecimento. A explicação é que a Procura de Sensações funcionava como um protector de *burnout*, e que os estudantes “sensation seekers” diversificavam as suas experiências, protegendo-se assim do desgaste. Cherniss (1993) salienta que os profissionais envolvidos em projectos dinâmicos, onde está presente a experimentação, a inovação e a aprendizagem resistem melhor ao *burnout*. Mendes (2005), num estudo efectuado a 150 polícias da cidade do Porto, obteve níveis de *burnout* abaixo da média, bem como indicadores de elevada propensão para a procura de emoções e aventura e elevada tolerância ao aborrecimento. Os “sensation seekers”, não sendo mais vulneráveis a doenças psicofisiológicas, tendem a envolver-se mais em actividades pouco salutaras, conducentes a desordens como consumo de tabaco, bebidas alcoólicas e uso de estupefacientes (Zuckerman, 1994).

Outro dos aspectos estudados foi a interligação da Procura de Sensações com a aprendizagem, tendo-se verificado que os “sensation seekers” apresentam mais capacidade de se concentrarem numa tarefa ou num estímulo. O desempenho não é

afectado na presença de estímulo distractivo ou de uma tarefa adicional, podendo até ser um mecanismo catalisador de aumento de rendimento. São presumivelmente mais capazes de alternar a atenção entre ambas as tarefas (Zuckerman, 1994) e apresentam um melhor desempenho em contextos variados que considerem estimulantes (Reio Jr. & Sanders-Reio, 2006). Bjork-Akesson (1990, cit. in Reio Jr. & Sanders-Reio, 2006) concluiu que os “sensation seekers” têm uma tendência para a estimulação e para a excitação porque têm menor probabilidade de ficarem sobrecarregados por situações novas. Alguns estudos sobre a atenção selectiva sugerem que os indivíduos que mais procuram sensações têm melhor atenção focalizada do que os que menos procuram (Ball & Zuckerman, 1992; Martin, 1986). Quanto à correlação com a inteligência, revela-se baixa. As escalas DIS e ES surgem relacionadas negativamente com a realização académica. Zuckerman (1994) explica este resultado com a hipótese de o processo de aprendizagem na sala de aula não ir ao encontro dos desejos do “sensation seeker”, que se envolve e motiva mais através de actividades extra-curriculares, o que corrobora as características de não conformistas. A Procura de Sensações é importante no contexto profissional, pois está comprovado que exerce uma decisiva influência numa variedade de comportamentos, influenciando os desempenhos laborais em termos técnicos e ao nível das relações interpessoais, quando os “sensation seekers” se encontram desmotivados (Reio Jr. & Sanders-Reio, 2006). Quanto aos estilos cognitivos, a alta Procura de Sensações tende a estar associada à generalização cognitiva e ao uso de categorias cognitivas mais complexas.

O traço de Procura de Sensações de Zuckerman tem sido relacionado com o uso de drogas, o consumo de álcool e tabaco, sexo sem protecção, condução de veículos fora dos limites impostos por lei, jogo, desportos radicais, relações extra-maritais, hábitos e preferências alimentares de risco, media e arte alternativa (Ball, Farnill & Wangeman, 1984; Hur & Bouchard, 1997; Ridgeway & Russel, 1980; Zuckerman, 1994; Zuckerman et al., 1978; Zuckerman, Kuhlman & Camac, 1988). Outros estudos, em que se cruzam etnias, revelam que os Caucasianos manifestam maior presença do traço global e maior TAS (Kaestner, Rosen & Appel, 1977; Zuckerman, 1994). No respeitante à religião, os indivíduos com maior percentagem total do traço estão mais predispostos a serem ateus ou agnósticos (Zuckerman, 1994). A adopção de comportamentos de risco está dependente do estado motivacional e emocional no momento da decisão. Litman e Spielberger (2003) constataram que a curiosidade está directa e significativamente relacionada com a TAS e ES, e inversamente relacionada com a ansiedade. Blankstein (1975) comprovou que os indivíduos com maior nível óptimo de estimulação têm menos ansiedade em situações que envolvam o perigo físico ou medos sociais, principalmente no sexo masculino. Estudos referentes a fobias demonstram que indivíduos com menor

Procura de Sensações (principalmente menor TAS) tendem a apresentar maiores níveis de ansiedade, comparativamente aos com maior Procura de Sensações, quando confrontados com situações relativas a fobias de animais, escuridão ou alturas (Mellstrom, Cicala & Zuckerman, 1976). A condução de veículos é um dos comportamentos que tende a ser mais arriscado nos indivíduos com maior índice de Procura de Sensações (Zuckerman, 1994; Zuckerman, 2000), tal como ficou demonstrado através da correlação positiva obtida entre o BS e o índice de risco de condução (Whissell & Bigelow, 2003), e pelo facto de indivíduos com elevada presença do traço terem maior tendência em adoptar uma condução de risco do que aqueles com baixa presença (Jonah, Thiessen, & Au-Yeung, 2001). O comportamento dos peões foi estudado por Rosenbloom (2006) tendo este autor verificado que os que atravessam as ruas com o sinal vermelho para peões possuem significativamente maior presença do traço global e da dimensão TAS, quando comparados com os que cumprem a sinalética luminosa. Relativamente ao desporto, os que praticam desportos de maior risco inerente, possuem maior Procura de Sensações, existindo variações nas sub-escalas em função do tipo de desporto, extensão da participação ou género (Rainey & Amunategui, 1992; Rowland, Franken & Harrison, 1986; Zaleski, 1984; Zuckerman, 1994).

A Procura de Sensações é um dos vários traços que influenciam na selecção vocacional. Num estudo sobre interesses vocacionais, demonstrou-se que o factor DIS está negativamente correlacionado com a preferência vocacional artística, social e empreendedora no sexo masculino (Roberti, Fox & Tunick, 2003). As profissões com maior risco tendem a atrair indivíduos com maior presença do traço, o que conduz a diferentes perfis entre as profissões, pelo que as de maior risco possuem maior necessidade de estimulação comparativamente a grupos de profissões de menor risco, sobretudo no factor TAS (Biersner & LaRocco, 1983; Musolino & Hershenson, 1977; Hirschowitz & Nell, 1983; Zaleski, 1984). Zuckerman (1994) verificou que indivíduos com maior Procura de Sensações tendem a gostar de viajar e estão mais dispostos em aceitar deslocar-se para locais menos familiares, antecipando maior abertura e menor ansiedade em viajar. Verifica-se assim, que a Procura de Sensações está inversamente relacionada com a satisfação no emprego, onde as tarefas são monótonas e não requerem muitas competências (Zuckerman, 1994). Os indivíduos com maior presença do traço “Procura de Sensações” apresentam uma correlação positiva e significativa com a mudança voluntária de emprego por razões de insatisfação ou melhoria profissional (Van Vianen, Feij & Krausz, 2003). O desporto e o emprego são duas grandes fontes de sensações, existindo trabalhos monótonos e pouco estimulantes, que requerem uma diferente fonte de estimulação que é a sociabilidade, pelo que os indivíduos com maior presença do traço parecem gostar mais da interacção social, serem mais dominantes e abertos e

incentivarem a interação dos outros, estando mais associados a comportamentos não-verbais, espontâneos e emocionalmente expressivos (Zuckerman, 1994). Este último aspecto foi demonstrado através da análise de expressões faciais de estados emocionais que revelou uma correlação positiva entre o traço e os movimentos involuntários dos ângulos da boca, assim como uma relação positiva entre o factor TAS e os mesmos movimentos e a frequência do riso (Mergl et al., 2006).

Quanto a atitudes e experiências sexuais, estudos demonstraram que o traço está positivamente relacionado com atitudes sexuais liberais (Kish & Donnenwerth, 1972; Zuckerman, Tushup & Finner, 1976) e maior variedade de experiências e parceiros sexuais, sobretudo no sexo masculino (Brancroft et al., 2004; Zuckerman et al., 1972, 1976). O consumo de substâncias tem sido associado à Procura de Sensações. A relação entre o tabaco mostra-se significativa em diversos estudos, revelando significativamente maior DIS, ES, TAS e SST nos fumadores (Mitchell, 1999). Quanto ao consumo de álcool, os abstinentes possuem significativamente menor DIS e BS e ainda ES no sexo feminino, comparativamente aos consumidores ligeiros e moderados (Mortensen et al., 2006). O consumidor de estupefacientes é primariamente motivado pela curiosidade, depois pelo prazer e por fim, pela necessidade de evitar a dor e de conseguir manter o nível óptimo de estimulação que poderá ser inferior ao inicial, predizendo assim a opinião de que a Procura de Sensações e a impulsividade fazem parte da personalidade do consumidor e portanto, ao contrário de padrões ansiosos e neuróticos que diminuem com a abstinência dos programas de tratamento, a Procura de Sensações mantêm-se relativamente constante (Zuckerman, 1994).

A preferência alimentar por pratos cozinhados de culturas diferentes, tende a estar igualmente associada aos indivíduos com maior Procura de Sensações (Kish e Donnenwerth, 1972), tendo sido obtida uma correlação negativa significativa entre o traço e a preferência alimentar passiva. Nas perturbações do comportamento alimentar, o grupo da bulimia possui maior presença do traço e significativamente maior TAS do que o grupo de controlo. O grupo da anorexia restritiva possui menor presença do traço e significativamente menor ES do que o grupo de controlo, e ambos os grupos diferem em todos os factores, possuindo o grupo da bulimia maior presença do traço do que o da anorexia restritiva (Rossier, Bolognini, Plancherel & Halfon, 2000).

A Procura de Sensações possui uma correlação positiva com o Psicoticismo (Eysenck & Zuckerman, 1978), com a impulsividade (Blackburn, 1969) e com a hipomania (Blackburn, 1969; Zuckerman et al., 1972). Os criminosos com personalidades anti-sociais ou psicopatas obtêm maior valor no traço do que os outros criminosos ou delinquentes (Zuckerman, 1994). Verificou-se igualmente que os indivíduos que são mais conservadores com a posse do dinheiro possuem significativamente menor traço (Troisi,

Christopher & Marek, 2006), o que pode ser justificado pela já referida recompensa sensorial.

Terminado o capítulo sobre traços de personalidade, avançamos agora para o capítulo sobre a percepção de stress.

CAPÍTULO III - PERCEPÇÃO DE STRESS E STRESS PÓS-TRAUMÁTICO

*“...é absolutamente impossível viver sem stress: a sua ausência é a morte”
Hans Selye, 1982*

Neste capítulo iremos abordar o conceito de stress, para em seguida referirmos o stress provocado por razões laborais, terminando com o stress pós-traumático.

1. Stress

Claude Bernard, em 1865 (cit. in Albuquerque, 1987) iniciou as primeiras pesquisas sobre a importância do equilíbrio do indivíduo para enfrentar os acontecimentos da vida quotidiana, afirmando que a estabilidade psíquica era condição indispensável a uma vida livre e independente. Mas foi com Hans Selye que, em 1926, o termo stress ganhou relevo e atenção através da afirmação: “Stress é a resposta não específica do organismo a qualquer exigência de adaptação” (Vaz Serra, 1988, p.301). Selye (1936, p.124, cit. in Pereira & Matos, 2005) definiu o stress como “uma alteração fisiológica que se processa no organismo quando este se encontra numa situação, que requeira dele uma reacção mais forte do que aquela que corresponde à sua actividade orgânica normal”. Assim, o stress é o resultado de trocas entre o indivíduo e o meio ambiente que levam o indivíduo a sentir uma discrepância, que pode ser real ou não, entre as exigências de uma determinada situação e os seus recursos, ao nível biológico, psicológico ou dos sistemas sociais, como a família e o trabalho (Pereira & Matos, 2005). Ora em termos profissionais, a Polícia encontra-se no primeiro lugar das profissões que possuem o índice mais alto de stress ocupacional (Anshel, 2000, cit. in Rothman & Rensburg, 2001; Bull et al., 1985; Prenzler, 1997; Selye, 1938, cit. in Violanti, 1996) e como tal, torna-se pertinente investigar esta temática.

Podemos dizer globalmente que numa situação geradora de stress, as hormonas actuam sobre o corpo para que este obtenha determinado resultado, o que quer dizer que existe uma necessidade de adaptação do corpo no sentido de voltar a restabelecer o equilíbrio (Albuquerque, 1987). A todas estas reacções, Selye atribuiu a designação de Síndrome Geral de Adaptação, na qual existem três fases cronológicas, dependendo da duração da agressão a que o indivíduo for sujeito (Maniquet, 1994): a primeira, a fase de alarme, é aguda e intensa, altura em que o equilíbrio do organismo do indivíduo é colocado em causa, correspondendo às adaptações neuro-hormonais; a segunda, a fase de resistência, é onde se verifica uma adaptação e uma recuperação ao nível das

grandes hormonas e das reservas energéticas, dependendo a duração desta fase da intensidade do alerta inicial, dos meios utilizados para combater esse stress, bem como do estado psicológico do indivíduo; a terceira, a fase de esgotamento, ocorre quando o organismo se sente cansado deixando de conseguir evitar e contornar o stress.

De um modo geral, o stress pode ser definido como um “desequilíbrio percebido entre as exigências do meio e as capacidades do indivíduo para responder a essas exigências” (Blum, 2000, p.40). McEwen (2000, cit. in Cunha, 2004, p.6) caracteriza o stress como uma “ameaça real ou interpretada à integridade fisiológica ou psicológica do indivíduo em que resulta uma resposta fisiológica ou comportamental”. Cohen e colaboradores (1983), descrevem o stress como “um processo no qual um estímulo ambiental provoca uma excessiva tensão no indivíduo, resultando em alterações psicológicas e fisiológicas que aumentam o risco de doença”. Vaz Serra (2002) organiza as circunstâncias indutoras de stress em três categorias: a ameaça, o dano e o desafio, distinguindo as diferentes situações que induzem stress, tais como acontecimentos traumáticos, acontecimentos significativos da vida, acontecimentos desejados que nunca mais ocorrem, situações crónicas, micro indutores de stress e traumas no desenvolvimento.

O stress tem um cariz individual, pois existem situações que provocam stress em certas pessoas, podendo não se manifestar noutras: “o stress de uns não é forçosamente o dos outros” (Maniquet, 1994, p.451). Tem igualmente potencial destruidor para os indivíduos e para as organizações com efeitos cumulativos, como foi observado num número variadíssimo de acontecimentos ocorridos na Polícia, segundo Spielberger e colaboradores (cit. in Greller et al., 1992). Características de personalidade como a resiliência foram usadas para explicar as diferenças individuais na resposta cognitiva perante situações de ameaça e reacções consequentes (Lazarus, 1993). Também factores intrínsecos ao trabalho como deficientes condições de trabalho, local e horário de trabalho, remuneração, riscos laborais, deslocação, novas tecnologias, ambiguidade e conflito de papéis, grau de responsabilidade, dificuldades interpessoais de relacionamento, relação entre o trabalho e a família, falta de segurança no trabalho, pressão relacionada com as perspectivas de evolução na carreira, falta de participação nas decisões, entre outras, podem ser factores desencadeadores de stress.

Alguns estudos (Brough, 2004; Wienecke, 1999) revelam que os níveis de stress na actividade policial são substancialmente maiores do que em bombeiros, empregados governamentais, técnicos de emergência médica. Violanti (1997) identificou como fontes de stress o perigo, o trabalho por turnos, a indiferença do público, o sentido de inutilidade e o confronto com a miséria humana e a morte. Acerca deste último item, convém referir que um evento traumático, segundo Kirschman (2000, cit. in Caldeira, 2004, p.20)

consiste num “acontecimento que envolve morte ou ofensas à integridade física e emoções de medo intenso ou horror”. Segundo Amaranto e colaboradores (2003), a regular exposição a incidentes traumáticos representa um relevante impulsionador no desenvolvimento da violência e outras perturbações psiquiátricas. Violanti (1996) refere que, associada à experiência destas situações críticas, está uma reacção prolongada classificada como perturbação de stress pós-traumático, que consiste no desenvolvimento de sintomas que incluem “reviver o acontecimento traumático, evitar estímulos associados ao trauma e sintomas de activação aumentada” (American Psychological Association, 1994, p.439). Polícias que sofram desta perturbação poderão desenvolver sentimentos de ansiedade incontrolável, medo e desamparo, que poderão conduzir a excitabilidade, agressividade, raiva e violência em situações nas quais sentem maior segurança para exercer poder e controlo (Amaranto et al., 2003). Acerca deste assunto, Martim e colaboradores (1986, cit. in Violanti, 1996, p.35) mencionam que 26% da sua amostra de polícias “um mês após o confronto com os incidentes traumáticos, exteriorizam sintomatologia de Perturbação de Stress Pós-Traumático”, sendo comum ainda advir a depressão, ansiedade e abuso de álcool (Brown et al, 1991).

Especificamente na actividade policial, o treino em gestão de stress tornou-se um factor de relevante importância na preparação de capacetes azuis. A ONU, pela experiência adquirida, verificou que conhecer atempada e cabalmente a duração da missão, as condições de vida e de trabalho, bem como formas de comunicação com a família, reduzem significativamente as pressões. Entre os diversos factores que são preditores de stress, a nível individual, encontram-se o estado geral de saúde, os mecanismos de *coping* disponíveis, a experiência adquirida, a disponibilidade mental para a missão, a auto-confiança e a confiança na família. De entre os relacionados com a separação, temos o tempo de preparação, a experiência da família em situações idênticas, a opinião da família relativamente à ida, os eventos familiares que venham a ocorrer durante a separação, a confiança no apoio da família. Quanto à missão, são relevantes a natureza e duração da missão, as comunicações, a localização geográfica, as condições de vida, a confiança mútua, a liderança, a solidão, as flutuações na motivação e na disposição, a saudade, a raiva, a excitação, a ansiedade, a tensão, a frustração, o ressentimento, a depressão e o medo (UNDPKO, 1995). Relativamente à situação das missões internacionais de paz, a ONU identifica três tipos de stress: o normal, o cumulativo e o traumático.

O stress normal é adveniente da rotina diária e das diversas interacções do ser humano com os outros. Pessoas doentes, com insuficientes horas de repouso, preocupadas, reagem mais intensamente e menos esclarecedoramente que outras.

O stress cumulativo é o resultado da frequência, duração e intensidade exageradas em que a angústia leva à exaustão. São exemplos o trabalho com colegas que são muito ou nada experientes, e que não estão envolvidos nem comprometidos com a missão; é o facto de ser colocado num “*team-site*”⁸ por longos períodos de tempo, onde o confinamento deixa as suas marcas; ser confrontado com atrocidades, sem nada poder fazer; ter privação de água, alimentos, ter frio, calor, o barulho. Este stress acumulado se não for tratado pode levar ao *burnout* ou ao *Flame-out*⁹.

Quando as exigências superam a capacidade adaptativa, pode advir um caso grave de ruptura (Vaz Serra, 2002), designado de *burnout*, fenómeno que afecta o moral e o bem-estar dos trabalhadores (Ramos, 2001; Silva, 2002; Vaz Serra, 2002), causando exaustão emocional, despersonalização e realização pessoal. O *burnout* é o prolongamento do stress ocupacional e interpessoal, decorrente do trabalho realizado e onde, em resultado de um processo continuado e de longa duração, há um drenar, um esgotar, um esvair de recursos, necessários ao sistemático exercício profissional (Cunha, 2004; Euwema et al., 2004; Leiter & Maslach, 1988; Maslach & Jackson, 1997; Melo et al., 1997; Schaufeli & Peters, 2000; Schaufeli, Maslach & Marek, 1993; Silva, 2002).

O stress traumático resulta de uma só, súbita e violenta agressão, que ameaça, física ou psicologicamente o próprio ou alguém muito próximo dele. Vir a sofrer destas reacções depende do carácter e da vulnerabilidade do momento, pois as reacções que aparecem imediatamente ou após algumas horas ou dias são típicas de stress agudo e as que aparecem após alguns meses e em alguns casos mais raros, após alguns anos, são sinal de stress pós-traumático. Este pode, após um período de aparente bem-estar e recuperação, regressar, podendo ser reconhecido na reexperimentação do evento traumático, no evitar de qualquer situação que reaviva o trauma, em sintomas de alerta exagerado e de atenção e reacção inapropriada. Num estudo com colaboradores de organizações não-governamentais, estes manifestaram, após algumas semanas de missão, sabendo que iam estar cerca de seis meses em regime de isolamento, sintomas de angústia, frustração, hipersensibilidade, raiva, impaciência, inacção no retorno à rotina, culpa e ansiedade (Allan & McFarlane, 2003).

Podemos ainda falar em stress crónico e em stress agudo (Vaz Serra, 1988). O stress crónico é gerado quando existe interferência entre o atingir dos objectivos e a

⁸ Tipo de acampamento dotado de toda a logística necessária à sobrevivência e cumprimento da missão dos capacetes azuis, observadores ou polícias das Nações Unidas destacados para essa área específica.

⁹ Nos casos de desleixo relativamente aos períodos de descanso, repouso, alimentação e exercício. São sintomas a fadiga intensa frequentemente associada a uma exasperante hiperactividade, sentimentos de saudade, tristeza, depressão, culpa, remorsos, incapacidade para ajudar os outros, negação da perda de eficiência e de exaustão psicológica, inapetência para melhorar a sua performance, dores de cabeça e de costas e úlceras nervosas.

satisfação do desejo, resultando do esforço na resposta a uma determinada ameaça. Pode ser causado por muito trabalho e pouco tempo de repouso e recuperação ou resultar de impedimentos diversos que inibem o atingir de objectivos tais como a falta de recursos, corrupção, ineficácia, incompetência. O stress agudo ocorre por eventos ameaçadores tais como agressões, excessiva exposição a eventos perturbadores, conflitos interpessoais com colegas ou outras pessoas. As características do stress envolvem sempre uma ameaça ou agressor externo, subjectividade conceptual e contexto social que influencia o apoio. O problema central envolve o manancial de energia que é dispendida para enfrentar a ameaça e continua disponível mesmo que o problema seja resolvido porque não é fácil “desactivar” toda a energia acumulada. A selecção e formação de pessoas são fracamente ponderadas, existindo, muito vagamente, a tão necessária preparação que deixam sempre a sensação de se estar mal preparado. Ora estudos empíricos efectuados em polícias, demonstraram que maior angustia era sentida por polícias mais jovens (Andrews et al, 1999) e solteiros (Sheik et al., 2000).

Abordaremos então seguidamente o stress provocado pelo trabalho.

2. Stress provocado pelo trabalho

O ser humano passa a maior parte da sua vida útil a trabalhar, no desempenho de múltiplas tarefas. O trabalho é parte do processo de identificação, para além de funcionar como “analizador social” (Santos et al., 1998; Silva, 2002.). As interacções de trabalho, o ambiente, a justiça ou injustiça das recompensas, as perspectivas de carreira e os regimes de trabalho, são aspectos que acarretam efeitos imediatos no trabalhador e lhe incutem maior ou menor grau de satisfação ou frustração, logo de motivação (Martinova et al, 2002; Silva, 2002). Sendo o trabalho parte integrante da identificação pessoal dos indivíduos, importa que dele se retire o máximo de satisfação e de bem-estar, existindo consenso quanto à relação entre motivação e produtividade (Correia Jesuíno et al., 1983; Gellerman, 1963; Salomé & Potié, 2000; Vala et al., 1983). Os estudos permitem igualmente determinar que são factores importantes para essa satisfação não só as expectativas do trabalhador quanto ao seu trabalho, mas também as interacções no âmbito da tarefa profissional. No âmbito de estudos efectuados com polícias, Kohan e O’Connor (2002) verificaram que a satisfação no trabalho estava associada à auto-estima e à satisfação de vida, enquanto o stress laboral surgia tendencialmente interligado a aspectos negativos e à insatisfação. Concluiu-se assim que os benefícios comportamentais melhoram a organização no aumento da eficácia e da cooperação, ficando igualmente demonstrado que, face a altos níveis de exigência psicológica e baixos níveis de decisão, a satisfação no trabalho diminui significativamente. Cunha

(2004) constatou que os elementos mais novos, com menor tempo e menores habilitações tendem a apresentar menor motivação para a função, relacionando-se com o stress no trabalho. Dados do National Institute for Occupational Safety and Health dos EUA (1988, cit. in Quick et al., 1992) identificaram as desordens psicológicas no trabalho como sendo uma das 10 maiores doenças. Um outro estudo realizado em França apontou como principais causas de stress, os problemas de relacionamento interpessoal, a sobrecarga de trabalho, a incerteza quanto ao futuro profissional e o medo de não estar à altura das tarefas confiadas pela hierarquia (Maniquet, 1994).

Lundberg (2000, cit. in Cunha, 2004, pp.14) identificou uma série de dados passíveis de serem identificados como factores de stress onde se incluíam as características funcionais (fraca diferenciação profissional, elevado grau de responsabilidade, empenho no serviço, turnos prolongados, pouca exigência ou monotonia no trabalho, elevados padrões de eficiência, baixa remuneração), ambientais (ruído, iluminação, espaço exíguos, temperaturas extremas, fumo) e pessoais (falta de apoio). Scanff e Taugis (2002) acrescentaram ainda manifestações cognitivas que afectariam a “performance funcional”, lembrando que as alterações do sono ou maior fadiga, implicam maior sobrecarga cognitiva e funcional. Martinova e colaboradores (2002) verificaram que o stress tem uma influência inevitável no desempenho funcional, estimando-se que 50 a 80% das doenças dos trabalhadores estão relacionadas com o stress, e que o stress laboral resultará da baixa satisfação no trabalho, baixa produtividade e o aumento das exigências profissionais.

Os estudos sobre stress demonstram que os polícias desenvolvem distúrbios, físicos e emocionais advenientes do stress, com mais incidência do que os outros grupos ocupacionais, sendo a sua taxa de suicídio a terceira entre 130 profissões (Mann & Neece, 1990). Desses resultados é relevante apontar o estudo envolvendo polícias de Singapura (Lim & Teo, 1998) onde ficou patente a fraca adesão dos jovens, mesmo desempregados devido ao trabalho por turnos, a carga horária e a remuneração desinteressante. Verificou-se igualmente uma relação entre o tempo de serviço e o grau de satisfação, comprometimento organizacional e intenção de desistir, sendo o escalão dos 3 aos 6 anos de serviço os que apresentavam menor satisfação e maior intenção de abandonar o serviço, pois já tinham experiência para ingressarem no mercado da segurança privada.

Beehr e colaboradores (2004), num estudo sobre stress ocupacional em forças de segurança, concluíram que existiam efeitos traumáticos nos processos de memória. Brough (2004) comparou o stress traumático e organizacional em polícias, bombeiros e tripulantes de ambulância da Nova Zelândia, referindo que os stressores organizacionais e eventuais reacções ao stress eram preditores de esforço psicológico. Milkelsen e

Burke (2004), num estudo com polícias Noruegueses, concluíram que as exigências de serviço provocavam a exaustão emocional, levando à deterioração das relações familiares. Violanti (1996) enfatizou o facto de os polícias serem uma profissão de risco quanto à sua exposição a incidentes traumáticos, cujas consequências conduzem ao stress pós-traumático a até mesmo ao suicídio.

Diversos autores (Cunha, 2004; Euwema et al., 2004; Vaz Serra, 2002) realçam o facto de as exigências laborais poderem ser físicas, fisiológicas, familiares, sociais e organizacionais. A não adaptação às mesmas provoca múltiplas sintomatologias do tipo físico (insónia, ferimentos, alcoolismo, tabagismo), fisiológico (alteração dos ciclos de sono, dos hábitos alimentares, falta de ar, palpitações, náuseas, vómitos, vertigens, problemas cardiovasculares), familiar (ausência, incompreensão, rupturas conjugais), social (desprezo social, pressão do grupo, ruptura valores) e organizacional (trabalho por turnos, sobrecarga funcional, exigências e recompensas, ansiedade, chefia e comando). Pode assim falar-se de stress ocupacional sempre que o sujeito não consegue uma adequada adaptação às necessidades e capacidades (reais ou percebidas) do seu ambiente laboral, seja pelas suas capacidades individuais, seja pelo contexto interno da organização, seja ainda pelo contexto externo e pelas suas expectativas (Cunha, 2004; Magalhães, 1999; Silva, 2002; Vaz Serra, 2002).

Anshel e colaboradores (1997) estudaram a polícia australiana, tendo verificado que apresentavam diversas sintomatologias associadas ao stress, nomeadamente, alta incidência de doenças, absentismo, *burnout* e aposentação/reforma prematura, constatando ser uma das cinco profissões mais stressantes. Verificaram ainda serem frequentes as perturbações psicológicas e físicas, especialmente no escalão etário dos 25 aos 39 anos, pois eram alvo de maior desgaste face aos seus colegas mais velhos. Constataram que eram os eventos que envolviam crianças, morte ou ameaças com armas que lhes causavam maior debilidade, concluindo que não tinham as estratégias de *coping* adequadas. Essas conclusões foram igualmente obtidas num estudo feito por Graf (1986, cit. in Anshel et al., 1997) onde dois terços dos inquiridos responderam que nunca ou quase nunca geriram eficazmente as pressões no local de trabalho, bem como bloqueavam na gestão das alterações ocorridas no serviço, tendo sido detectados elevados níveis de distanciamento e de evitamento. Verificou que eram coincidentes os incidentes com morte ou ferimentos nos colegas, assim como enfrentar situações imprevisíveis tais como as de uma situação de confronto armado. Blum (2000, p. 130) afirma então que “ o stress policial já matou mais do que as balas”. A ameaça letal do stress coloca primeiro em causa a segurança física e depois a segurança e sobrevivência quando estas dependem do raciocínio. Entende este autor que as reacções incontroladas podem comprometer a precisão e oportunidade do raciocínio, ocorrendo na ausência de

controlo pessoal ou quando a angústia, a fadiga ou o desconforto assumem o controlo das respostas. O stress da função policial pode igualmente alterar os padrões biológicos, pois se deixar que as preocupações, a irritabilidade, a fadiga, o desconforto ou a angústia, controlem a forma de corresponder ao stress, o cérebro desenvolverá respostas condicionadas que o levarão à “rendição ou derrota” (Blum, 2000, p.132). Os problemas ocorrem assim quando os polícias “não fazem ideia de que os seus sentidos lhes pregam partidas” (Blum, 2000, p. 147).

Num estudo feito na polícia alemã, Kirkaldy e colaboradores (1995) defendem que o impacto do stress pode ser atenuado através do desenvolvimento e manutenção de boas relações interpessoais no trabalho, ou seja, da qualidade de apoio pessoal. O apoio social parece ter um impacto directo na saúde, pois “é o produto de actividades sociais que realçam o sentido de poder, domínio, através de tarefas distribuídas, dando assistência material e cognitiva e também conforto emocional” (Hobfoll & Vaux, 1993, p.686). As relações sociais podem reduzir os efeitos de um acontecimento stressante (Greller et al., 1992), pois o apoio social actua como um “amortecedor” contra o stress protegendo o indivíduo contra doenças causadas pelo stress (Golderberger & Brezuitz, 1993). No que se refere às forças policiais, alguns estudos revelam que associado ao apoio social está a liderança, e as ordens demasiadamente excessivas ou demonstrações de insensibilidade por parte dos comandantes são reconhecidos como as maiores dificuldades diárias que interferem com o desempenho dos trabalhadores criando-lhes tensão (Murphy et al., 1995). Pereira e Jesuíno (1982), num estudo com a participação de 59 fuzileiros portugueses, e tendo adoptado o modelo de contingência de Fiedler como enquadramento teórico, chegaram à conclusão que os líderes que usam o estilo democrático e assertivo fazem com que se verifique o efeito moderador (tampão) no stress dos subordinados. A gestão do stress é uma actividade essencial à boa gestão organizacional, presente e futura, ficando bem patente que o “líder ocupa com efeito uma posição fulcral enquanto mediador dos efeitos do stress” (Jesuíno, 1988). Num inquérito efectuado a polícias norte-americanos, chegou-se à conclusão de que o apoio do comandante melhora e reduz o impacto do stress, sugerindo que o mesmo está numa posição adequada para ser uma boa fonte de apoio (Greller et al., 1992).

Quanto à tensão interpessoal, conflitos e coesão, num estudo com cosmonautas russos que participaram em longas missões no Espaço, ficou demonstrado que os conflitos entre os membros da tripulação eram comuns, como ficou demonstrado em relatórios das missões soviéticas que identificaram perda de coesão entre as tripulações (Christensen & Talbot, 1986; Conners et al., 1985; Kanas, 1985). O cosmonauta russo Valentine Lebedev, que passou 211 dias na estação orbital MIR, em 1982, estimou que 30% do tempo era dispendido em gestão de conflitos, e que os desentendimentos entre a

tripulação e a missão de controlo, na Terra, eram o mais crítico e difícil problema sentido durante essas missões (Connors et al., 1985). A questão da liderança volta à ribalta quando a diferença entre missões bem sucedidas, gestão correcta de stress e diminuição das probabilidades de falhanço se interligam com uma liderança capaz e congregadora de esforços comuns, visto que uma pobre e ineficaz liderança pode levar à ruptura (Nelson, 1964; Sandal et al., 1995). Uma liderança de sucesso durante missões de longa duração deve ser do tipo “flexível”. Durante emergências, é essencial que o líder seja decidido e directivo. Noutras ocasiões, a partilha da decisão torna-se mais apropriada. Durante a missão Salyut VI, um comandante partilhou a tomada de decisões com um dos membros mais experientes da missão, que detinha o conhecimento necessário para uma determinada tarefa e isso levou a que as futuras decisões desse comandante nunca fossem questionadas (Committee on Space Biology and Medicine, 1998). Uma revisão dos trabalhos de quatro diferentes tipos de tripulações de aviões comerciais, estações de pesquisa científica a operar nos Pólos, de tripulações de submarinos e de expedições de montanhistas, feitos por Nicholas e Penwell (1995), identificaram diversos tipos de liderança e traços de personalidade, relacionamento interpessoal e estilos de coesão grupal. Verificaram que os líderes bem sucedidos eram pessoas orientadas para a missão, mantinham uma atitude positiva, auto-confiança, competência, experiência e uma visão optimista, solicitando frequentemente a perspectiva e opinião dos seus subordinados, delegando quando necessário e apropriado, não interferindo no trabalho, exercitando um tipo de liderança flexível e tomando o comando em situações de crise. Enfatizavam a disciplina, tinham um estilo democrático de relacionamento e comunicavam claramente aos subordinados quais os objectivos da missão, explicando as suas tarefas e responsabilidades. Eram líderes sensíveis aos problemas dos subordinados, demonstrando orgulho no trabalho dos mesmos e reconhecimento, identificando e reduzindo os conflitos. Bechtel e Berning (1991) descreveram e identificaram o “Fenómeno dos três quartos” no qual o desempenho decai durante o último quarto da missão num cenário de isolamento e restrição do “espaço vital”.

Depois de termos abordado o stress provocado pelo trabalho, avançamos agora para o stress pós-traumático.

3. Stress pós-traumático

Iremos definir trauma, para em seguida nos debruçarmos sobre os factores de risco peri e pós-traumáticos.

3.1. Conceito de trauma

A Associação Americana de Psiquiatria (APA, 1994, p.424) define trauma como “a experiência pessoal de um acontecimento que envolve a morte ou ameaça de morte ou ferimento grave, ou ameaça à integridade física; ou testemunhar um acontecimento que envolve a morte, ferimento ou ameaça à integridade de outra pessoa; ou ter conhecimento de uma morte inesperada ou violenta, ferimento grave ou ameaça de morte ou doença grave num familiar ou amigo próximo”. A resposta da pessoa ou acontecimento tem de envolver medo intenso, impotência ou horror”. Um acontecimento traumático é assim caracterizado pelo seu aparecimento repentino, força extrema (impacto) e causa externa. Os acidentes rodoviários e os raptos, por exemplo, são acontecimentos de elevada intensidade, limitados no tempo, de cariz imprevisível. A exposição de longa duração envolve a incerteza, desespero altera a sensação de segurança, como acontece em situações de abusos continuados, violência intra familiar, situações de combate e outros (McFarlane & Girolamo, 1996). Ainda segundo a APA (1994, p.635), a característica essencial desta perturbação é o “desenvolvimento de sintomas típicos a seguir a um acontecimento psicologicamente perturbador, fora do âmbito da experiência humana habitual, isto é, fora do âmbito das experiências comuns tais como falecimento, doença crónica, perdas financeiras e conflito marital. O acontecimento stressor que produziu a síndrome seria fortemente perturbador para quase todos os indivíduos e é habitualmente vivido com medo intenso, terror e incapacidade de encontrar soluções”.

Um estudo realizado em Portugal (Albuquerque et al., 2003) confirmou que durante a vida 75% da população está exposta a pelo menos uma situação traumática e 44% a mais do que uma situação. Resick (2000) demonstrou que a exposição a situações traumáticas afecta o relacionamento interpessoal, o desempenho sexual, a estabilidade familiar, a capacidade de manter amizades, a auto-estima e a autoconfiança, podendo, inclusive, alterar o sentimento de segurança e de auto-suficiência, colocando a fatalidade como irreversível, com reflexos dramáticos na saúde, emprego e o confronto com a morte (Valentine, 2003). A investigação tem igualmente demonstrado que a exposição a experiências de vida adversas durante a infância se correlaciona com o estado de saúde mesmo 50 anos depois. Felitti (2002) demonstrou que a probabilidade de, durante a idade adulta, se adquirirem comportamentos e hábitos tabágicos, consumo de estupefacientes por via intravenosa e doença pulmonar obstrutiva crónica, depressão e suicídio está potenciada naqueles que foram vítimas de traumas anteriores. Encontram-se ainda correlações estatísticas com o aparecimento de doenças e infecções como a hepatite, doenças cardíacas, diabetes, obesidade e alcoolismo.

Vaz Serra (2003) organiza os acontecimentos stressantes em quatro níveis: dificuldades diárias na resolução de certas situações; situações pontuais que induzem stress e que provocam algum desgaste psicológico até à resolução do problema; situações que induzem stress crónico; e acontecimentos traumáticos, cuja gravidade dos efeitos se prolongam no tempo, mesmo após o desaparecimento da causa que lhe deu origem. É necessário distinguir perturbação aguda de stress e stress pós-traumático. A perturbação aguda de stress tem uma duração compreendida entre os dois dias e as quatro semanas, ou seja, ocorre nas primeiras quatro semanas que sucedem ao acontecimento, e caracteriza-se pela presença de sintomas dissociativos, reexperimentação, evitamento, ansiedade e/ou activação (APA, 1994). A dissociação tem dois tipos de modelo (McNally, Bryant & Ehlers, 2003). Num, considera-se que o evitamento cognitivo impede o processamento emocional e a recuperação do trauma, enquanto noutro considera-se que desempenha uma função protectora manifestada pela atenuação do impacto emocional do trauma quando ocorre durante a experiência.

Inicialmente, a perturbação de stress pós-traumático, foi denominada “*shell shock*” (Valentine, 2003), estando associada aos conceitos de “fadiga em combate” devido à origem dos estudos efectuados em militares no pós 1ª Guerra Mundial. Após a 2ª Guerra Mundial, a Administração de Veteranos desenvolveu um manual de diagnóstico, o que incentivou a Associação Americana de Psiquiatria a desenvolver o primeiro DSM – I, em 1952. Os critérios de diagnóstico da perturbação de stress pós-traumático foram publicados, em 1980, no DSM-III, e só em 1992, é que a OMS os incluiu na CID-10, Classificação Internacional das Doenças (Vaz Serra, 2003). A perturbação aguda de stress e a perturbação de stress pós-traumático assemelham-se às perturbações de ansiedade na medida em que os estímulos ambientais podem causar angústia e desencadear respostas de pânico e de medo intenso, bem como pensamentos intrusivos, evitamento de estímulos perturbadores, hipervigilância e hiperactivação (Brett & Litz, 1996). A vulnerabilidade genética, a predisposição psicológica, a sintomatologia e a resposta ao tratamento, são pontos comuns entre a ansiedade e perturbação de stress pós-traumático. Assim, a re-experimentação dos acontecimentos pode ocorrer sob a forma de pensamentos intrusivos, sonhos perturbadores recorrentes, ilusões, *flashbacks*, alucinações, mal-estar psicológico e reactividade fisiológica durante a exposição a estímulos semelhantes ao acontecimento traumático. A sintomatologia da perturbação de stress pós-traumático deverá ter um ciclo temporal superior a um mês para que o diagnóstico seja efectuado. Por períodos de tempo inferiores a três meses, considera-se que é uma perturbação aguda de stress. Se os sintomas persistirem por mais de três meses, a perturbação de stress pós-traumático diz-se crónica. O DSM-IV-TR (APA, 2002)

refere ainda que o início pode ser dilatado quando os sintomas surgem, pelo menos, seis semanas após o acontecimento traumático.

Em estudos com veteranos de guerra, num dos mais conhecidos, o do National Vietnam Veterans Readjustment Study (Resick, 2000), 31% dos homens e 27% das mulheres apresentavam o diagnóstico para perturbação de stress pós-traumático em algum momento das suas vidas, 15% dos homens e 9% das mulheres tinham perturbação de stress pós-traumático no momento da avaliação, enquanto 11% dos homens e 8% das mulheres apresentavam perturbação de stress pós-traumático parcial, ou seja, tinham sintomas significativos de angústia mas não a totalidade dos sintomas necessários para o diagnóstico completo.

Para Albuquerque et al., 2003), a prevalência de perturbação de stress pós-traumático durante a vida é de 7,8%, o equivalente a 650 000 casos para uma amostra com mais de 18 anos. Numa outra investigação portuguesa (Pereira & Monteiro-Ferreira, 2003) realizada com uma amostra de 100 ex-combatentes da guerra do Ultramar, verificou-se que 66% deles apresentavam perturbação de stress pós-traumático e problemas familiares ao nível da coesão (39%) e da adaptabilidade (62%).

Torna-se assim importante referir que existem três teorias que caracterizam o stress pós-traumático (Anunciação, 1996):

- Teoria Psicanalítica - defende que o resultado do stress pós-traumático advém de experiências precoces traumáticas que ficaram recalcadas no inconsciente do indivíduo e que reaparecem mais tarde, num acontecimento stressante mais intenso;

- Teoria Comportamental – defende que o ser humano e os outros seres vivos aprendem a organizar-se e a seguir certos comportamentos que lhes permite garantir a sobrevivência. No seu dia a dia, aprendem a associar respostas de stress a certas situações por que passam, mas por vezes situações idênticas em alguns indivíduos provocam medo intenso e noutros não;

- Teoria da Personalidade – defende que existem determinadas variáveis, tais como uma história prévia de antecedentes psicopatológicos, factores genéticos, uma rede de suporte social fraca, idade, capacidade de resistir à ansiedade e/ou depressão, bem como traços de personalidade que parecem contribuir para que o stress pós-traumático se manifeste com mais facilidade.

A perturbação de stress pós-traumático é complexa pois envolve diferentes processos e mecanismos que se manifestam em sintomas diversos, podendo interferir no quotidiano dos indivíduos. Esta complexidade assenta em alguns processos patogénicos: alterações nos processos neurobiológicos, aquisição de respostas condicionadas de medo, alteração de esquemas cognitivos e a apreensão social, são alguns dos modelos usados para explicar esta perturbação. Shalev (1996) considera que a combinação de

todos estes factores constitui uma armadilha biopsicosocial. Estudos realizados com pessoas expostas a eventos traumáticos continuados (veteranos de guerra, vítimas de negligência, abuso sexual e físico na infância) apresentam redução do volume do hipocampo e alterações nos níveis de cortisol (Heim & Nemeroff, 2001). Yehuda (2000, cit. in Vaz Serra, 2003) refere que a diminuição dos níveis de cortisol propicia respostas exageradas das catecolaminas (particularmente da noradrenalina) que, por sua vez, facilitam a formação de memórias traumáticas. Estas respostas podem prolongar-se no tempo devido à activação do sistema nervoso simpático, podendo desencadear-se comportamentos de fuga, luta e de evitamento. Igualmente, a acção do glutamato, que influi no curso dos processos de aprendizagem e memória, pode produzir amnésia, pelo que é determinante nas experiências e acontecimentos de vida potencialmente traumáticos (Vaz Serra, 2003).

Shalev e colaboradores (1998, cit. in McNally, Bryant & Ehlers, 2003) constataram que a coexistência de depressão e de perturbação de stress pós-traumático um mês após o acontecimento traumático se repercutia em falta de assiduidade e na diminuição do contacto com amigos e familiares. Decorridos quatro meses da primeira avaliação, detectaram níveis de incidência de perturbação de stress pós-traumático mais elevados nos indivíduos que inicialmente apresentavam perturbação de stress pós-traumático e depressão, comparativamente com aqueles que, na fase inicial, apresentavam apenas perturbação de stress pós-traumático. Num estudo de Horta-Moreira (2004) com 189 bombeiros de diversas corporações portuguesas, verificou-se que o consumo de substâncias é frequente, sendo 43% fumadores, 56% ingeriam bebidas alcoólicas e 87% referiram ser consumidores habituais de café. Num estudo feito com 278 vítimas de abusos sexuais, estas apresentavam elevados níveis de dissociação, somatização, ansiedade e depressão (Tillman, Nash & Lerner, 1994).

3.2. Factores de risco

Consideram-se factores de risco para o desenvolvimento de perturbação de stress pós-traumático as características individuais, a intensidade, a frequência do evento e os recursos após exposição. O factor de risco mais elevado é a própria exposição ao risco, que no caso de militares, polícias, tripulantes de ambulâncias de emergência médica, pode ser repetida e cumulativa, assim como o tipo e a gravidade da experiência traumática (Jaycox & Foa, 1998). Sabe-se que a experiência de vida com mais probabilidade de dar origem a perturbação de stress pós-traumático é a violação, conforme constatou Albuquerque e colaboradores (2003) em que 95% das vítimas desenvolvem perturbação de stress pós-traumático e mesmo após três meses cerca de 50% das vítimas mantém o diagnóstico de perturbação. A exposição cumulativa a

stressores de combate e a participação ou incapacidade de por termo a actos de atrocidade tais como tortura, mutilação, maus-tratos, constituem factores de risco independentes para a perturbação de stress pós-traumático (Breslau & Davis, 1987, cit. in Resick, 2000). A perturbação de stress pós-traumático pode resultar não apenas da vitimização mas igualmente do acto de cometer esses actos, uma vez que, os traumas causados de forma intencional têm efeitos mais perturbadores, sendo a duração da perturbação mais prolongada no tempo (Malmquist, 1986, cit. in Valentine, 2003). Verifica-se assim que os jovens, os homens, os indivíduos com baixa escolaridade, os negros e as pessoas de estratos sócio-económicos estão mais expostos, sendo as variáveis sócio-demográficas mais frequentes a idade, o género, o estado civil, a etnia, a escolaridade, o ambiente familiar, os traumas de infância, os acontecimentos de vida, a psicopatologia anterior, a personalidade, funcionamento social e psicológico, suporte social e mecanismos de *coping* (McNally, Bryant & Ehlers, 2003).

Os homens com baixos níveis de escolaridade/literacia têm uma maior predisposição para sentirem elevados níveis de stress de guerra (Kulka, 1988), sendo que os veteranos de guerra actualmente com perturbação de stress pós-traumático tiveram menores níveis de educação antes do serviço militar comparativamente com o grupo que nunca foi afectado pela perturbação de stress pós-traumático. Em estudos que procuraram correlacionar o quociente de inteligência (McNally, Bryant & Ehlers, 2003) com a exposição ao trauma e o desenvolvimento de perturbação de stress pós-traumático, em veteranos de guerra constatou-se que uma inteligência inferior aumenta a severidade dos sintomas de perturbação de stress pós-traumático. Nas crianças, a inteligência apresenta-se como o melhor predictor de resiliência à perturbação de stress pós-traumático.

A prevalência na infância da perturbação de stress pós-traumático, bem como o facto de pessoas que tinham esta perturbação referirem a existência de pobreza na família de origem, doenças psiquiátricas familiares, separação parental precoce, confirmaram que o ambiente familiar constitui uma variável pré-trauma fundamental para a compreensão do impacto dos acontecimentos traumáticos (Resick, 2000). Verificou-se ainda que os pais com problemas psicológicos se tornavam incapazes de proteger as crianças da vitimização e de lhes oferecer o suporte adequado, estando modelos parentais pobres na origem de experiências traumáticas precoces.

Hourani e Yuan (1999) constataram, num estudo efectuado em 782 militares de ambos os sexos, que as mulheres militares estavam duas vezes mais expostas a experienciar um acontecimento grave depressivo e cinco vezes mais expostas a vir a sofrer de stress pós-traumático do que os homens, sendo a violação a causa de mais de metade dos casos detectados. Nas características da personalidade, alguns

investigadores constataram que a extroversão e o neuroticismo se relacionavam com o aumento da exposição ao trauma (McNally, Byrant & Ehlers, 2003). Podemos assim considerar os factores de risco na sua divisão em factores peri-traumáticos e pós-traumáticos.

3.2.1. Factores de risco peri-traumáticos

As respostas que ocorrem durante e nos momentos imediatamente após o acontecimento designam-se por factores de risco peri-traumáticos (McNally, Byrant & Ehlers, 2003). Foram já identificados alguns dos factores que podem ocorrer durante acontecimentos traumáticos de diferente natureza e que desempenham funções significativas na evolução dos sintomas, destacando-se a dissociação peri-traumática, as interpretações cognitivas dos acontecimentos, angústia durante o acontecimento e a avaliação da ameaça. A dissociação peri-traumática é uma experiência de desrealização vivenciada durante o acontecimento traumático e tem sido estudada nos veteranos de guerra, sobreviventes de desastres e paramédicos (Ursano *et al*, 1999). Pode ser experienciada de diversas formas tais como a perda da noção do tempo, “ficar em branco”, entrar em “piloto automático”, desrealização, sensação de distorção corporal, embotamento emocional e amnésia de algumas partes do acontecimento.

Os estudos demonstram que os indivíduos que apresentam dissociação peri-traumática têm mais probabilidades de desenvolver perturbação de stress pós-traumático e sintomas peri-traumáticos, sendo este factor o que melhor prediz o risco de perturbação de stress pós-traumático em indivíduos expostos a situações traumáticas (McNally, Byrant & Ehlers, 2003). Este tipo de sintomas tem sido descrito por 34% a 57% das vítimas de trauma (Barton *et al.*, 1996) e é considerado o melhor predictor de perturbação de stress pós-traumático, comparativamente com a perturbação de ansiedade e a perda de autonomia pessoal, aumentando o risco de problemas posteriores, nomeadamente suicídio e depressão. Em estudos com bombeiros, polícias e paramédicos, foi encontrada uma associação entre a dissociação e a perturbação de stress pós-traumático. Os níveis de dissociação peri-traumática elevados surgiam nos participantes mais jovens, nos que estiveram mais expostos, nos que tinham uma elevada percepção da ameaça e naqueles que usavam estratégias de *coping* do tipo fuga e evitamento (Marmar, *et al*, 1996). A angústia da vítima durante o trauma e a valoração da ameaça ou percepção de perigo iminente e de risco de vida, são outros factores que predizem o desenvolvimento de perturbação de stress pós-traumático (Ehlers *et al*, 1998), comparativamente com a própria magnitude do stressor e a extensão dos danos corporais. Vaz Serra (2003, p. 97) refere que a percepção que o individuo tem do acontecimento é fundamental para a compreensão das manifestações clínicas correspondentes ao desenvolvimento de

psicopatologia, referindo que o importante “não é o que acontece, mas o que o indivíduo percebe ou sente”.

Todos estes factores desempenham um importante papel nas estratégias que as pessoas utilizam para lidar com os acontecimentos traumáticos, ou seja, o *coping*. Folkman (1991, cit. in Resick, 2000) definiu *coping* como conjunto de estratégias que os indivíduos utilizam para enfrentar situações que são avaliadas como stressantes. O *coping* poderá ser considerado como variável pré-trauma mas igualmente como um factor de risco pós-trauma. Thoits (1986, cit. in Aldwin & Yancura, 2003) afirma que o suporte social é um mecanismo de *coping*, na medida em que o indivíduo procura apoio emocional, conselhos e ajuda concreta, desempenhando ainda um papel relevante na recuperação, pois a resposta dos familiares, amigos, colegas, médicos, entre outros, ao acontecimento traumático, influencia a forma como as vítimas interpretam os acontecimentos e o modo como partilham as suas experiências e reacções (Resick, 2000). Barret e Mizes (1988, cit. in Resick, 2000) realizaram um estudo com 52 veteranos de guerra, onde verificaram que os indivíduos com maior suporte social apresentavam menos sintomas de perturbação de stress pós-traumático e depressão.

O *coping* desempenha um papel fulcral nos factores pós-traumáticos. Quando o bem-estar do indivíduo está em perigo e é difícil recorrer às aptidões e opções de rotina existentes, o *coping* é activado (Lazarus, 1981, cit. in Monteiro-Ferreira, 2003). O *coping* é classificado sob diversas dimensões: o comportamental, acção que alguém executa como resposta ao trauma (i.e evitar locais); o emocional, que consiste na regulação dos afectos (comportamentos suicidas, auto-mutilação, abuso de substâncias). Este pode ainda centrar-se no problema, nas emoções, no confronto ou no evitamento. Quanto ao *coping* centrado no problema, também designado por *coping* activo, inclui cognições e comportamentos direccionados a um problema específico. Aldwin e Yancura (2003) consideram ainda o *coping* religioso. Este torna-se útil quando os indivíduos se encontram perante stressores incontroláveis, crónicos. Sabe-se ainda que as estratégias centradas na emoção são mais consistentes ao longo do tempo, possibilitando que o indivíduo faça uma gestão das situações e da expressão emocional. Com efeito, os processos de *coping* em situações traumáticas complexificam-se e podem mudar, especialmente se os indivíduos desenvolverem perturbação de stress pós-traumático, pelo que o processo de reconstrução da vida e do sentido da identidade pode prolongar-se durante anos (Lomranz, 1990, cit. in Aldwin e Yancura (2003).

Quanto aos factores de protecção, estes são constituídos por características individuais, situacionais, contextuais e do próprio acontecimento que facilitam e contribuem para que os indivíduos consigam gerir de forma adequada os acontecimentos de vida potencialmente traumáticos e os fenómenos envolventes. O suporte social e

familiar, a preparação para lidar com determinadas situações, a avaliação do acontecimento e os exercícios através de simulações são frequentemente referenciados como factores relevantes na protecção do desenvolvimento da psicopatologia

A percepção de stress é afectada, segundo alguns investigadores (Dougall & Baum, 2003) pelo uso de drogas ilícitas, pela dieta e pelo exercício físico, podendo também ser utilizadas pelos indivíduos enquanto estratégias de *coping*. A somatização é significativa e relevante quando se constata que, após a exposição ao trauma, está associada ao desenvolvimento e manutenção de sintomas físicos inexplicáveis em termos médicos. Existem estudos sobre a associação entre as doenças físicas e a perturbação de stress pós-traumático, nomeadamente nas doenças que a sucedem, como a hipertensão, asma brônquica e úlcera péptica (Connor & Davidson, 1998, cit. in Vaz Serra, 2003). Uma das formas para compreender as queixas físicas e a morbilidade em quem desenvolve perturbação de stress pós-traumático é através das alterações da actividade do eixo hipotalâmico-hipofisiário, o aumento da actividade que é mediada pelo eixo simpático-medular, o aumento da frequência cardíaca e da tensão arterial quando o indivíduo está perante estímulos relacionados com o acontecimento traumático, o aumento da hormona estimulante da tiróide (TSH) e a tendência dos indivíduos com perturbação de stress pós-traumático de desenvolverem estados emocionais negativos, como a hostilidade e cólera, identificados como factores de risco para as doenças cardiovasculares (Vaz Serra, 2003). Num estudo de Blanchard e Hickling (1997), verificou-se a existência de resultados significativos de comorbilidade entre a perturbação de stress pós-traumático e diversas perturbações de humor, ansiedade, abuso de substâncias, perturbações alimentares, perturbações de personalidade, nomeadamente obsessivo-compulsiva, sendo que pessoas com perturbação de stress pós-traumático apresentam maior probabilidade de fracassar nos estudos, de terem casamentos instáveis e de se manterem desempregados (Kessler, 2000, cit. in Vaz Serra, 2003).

A existência de perturbação anterior é um outro factor predictor de perturbação de stress pós-traumático (McNally, Bryant & Ehlers, 2003). Os adultos que, enquanto crianças, apresentaram problemas de comportamento, estão mais vulneráveis ao desenvolvimento da psicopatologia após a exposição a situações traumáticas, sendo que a perturbação aguda de stress se desencadeia mais frequentemente em pessoas que referem mais disfunções psicológicas anteriores ao trauma (Barton, Blanchard & Hickling, 1996).

3.2.2. Factores de risco pós-traumáticos

Depois do envolvimento em acontecimentos potencialmente traumáticos as vítimas podem apresentar e manifestar durante períodos de tempo variáveis alguns sinais

e sintomas de mal-estar e dificuldade na gestão de situações. Os problemas de saúde podem aumentar, uma vez que as reacções ao acontecimento traumático podem comprometer o sistema imunitário, aumentando a probabilidade de ocorrerem mais doenças físicas, vulnerabilizando e fragilizando os indivíduos para o aparecimento de outros problemas de saúde (Resick, 2000).

No que se refere à actividade policial, o sucesso das missões depende, em parte, da forma como cada polícia se adapta às múltiplas pressões (Shigemura & Nomura, 2002). A síndrome de stress em capacetes azuis foi originalmente estudado e detectado nos militares Noruegueses (Weisaeth, 1979) e desde então já identificado em várias missões. É reconhecido como um problema singular das pessoas que desempenham missões deste tipo, sendo definido como “raiva, desilusão, frustração, sentimento de impotência e incapacidade de prestar ajuda quando confrontado com cenas ou eventos de violência e atrocidades que o polícia é incapaz de resolver” (Weisaeth, 1979, p. 154), sendo ainda perceptíveis sintomas de stress pós-traumático, alcoolismo, consumo de drogas e o síndrome de culpa do sobrevivente.

Bramsen e colaboradores (2000) num estudo efectuado em 572 veteranos holandeses vindos da força de protecção das Nações Unidas na ex-Jugoslávia, durante 1990-95, constataram que o neuroticismo é um predictor de perturbação de stress pós-traumático e que a exposição a eventos traumáticos durante a missão foi o principal precursor de perturbação de stress pós-traumático, logo seguido dos traços de personalidade de negativismo e psicopatologia, e por fim a idade. O estudo replicou os resultados obtidos por veteranos norte-americanos que estiveram no Vietname e os dados obtidos permitem concluir que existe uma relação causal entre os traços de personalidade de neuroticismo e o desenvolvimento de sintomas de perturbação de stress pós-traumático. Num outro estudo (Drodge & Roy-Cyr, 2003), os resultados de cerca de 600 polícias canadianos pertencentes à Polícia Montada demonstraram que os mesmos experimentavam poucos resultados negativos após a missão, tendo dias de baixa médica inferiores a outros profissionais, não existindo uma diferença entre os dias que estiveram de baixa antes e após a missão. Revelaram, no entanto, índices de consumo de álcool elevados durante a missão, retomando valores médios após o retorno, tendo afirmado que a participação era, para a maioria, uma experiência positiva.

Daskalov e colaboradores (2007), num estudo efectuado com cerca de 450 militares búlgaros envolvidos em missões de manutenção de paz no Iraque, Afeganistão, Kosovo e Bósnia Herzgovina, verificaram que 69% opinaram que a missão os beneficiou profissionalmente, 35% procuravam novos desafios e situações de risco e 19% alteraram a sua opinião e perspectiva sobre os outros. Os autores constataram ainda que os factores que previnem a perturbação de stress pós-traumático antes da partida eram a

informação suficiente sobre a missão (46%), baixa probabilidade de envolvimento em situações de conflito (18%), coesão grupal (71%), informação suficiente sobre os usos, costumes, tradições dos povos locais (55%), confiança mútua nas competências colectivas e individuais, bem como a experiência dos camaradas (48%) e a auto-confiança (68%). Durante a missão, verificaram que os factores que evitavam a perturbação de stress pós-traumático eram uma definição clara e objectiva da chefia acerca dos objectivos da missão (84%), equilibrada distribuição das tarefas (63%), confiança e coesão do grupo (89%), resposta e previsão dos riscos (81%) e familiaridade com o uso do equipamento (77%). Identificaram como factores de liderança durante a missão, para prevenir perturbação de stress pós-traumático, uma liderança acertada e um comando eficiente (80%), facilidade de expressão (84%), capacidade de ouvir por parte das chefias (71%) e reconhecimento (72%). Verificaram ainda que os mais afectados pela referida perturbação são menos receptivos à presença de mulheres (60%). Após a missão foram identificados como factores de previsão do aparecimento de perturbação de stress pós-traumático a percepção de que a missão foi profissionalmente gratificante (83%), regresso e aceitação da família (79%) e aceitação grupal (72%). Durante a missão foram identificados como sinais percursores de perturbação de stress pós-traumático a saudade (19%), irritação (21%) e perda de controlo (8%).

A exposição a situações de cessar-fogo, acordos de paz e operações humanitárias fazem com que os efeitos psicológicos variem, dependendo do grau de preparação colectiva e individual, dos objectivos da missão, das características de personalidade e do ambiente de recuperação. Os stressores mais comuns são as alterações súbitas no modo de vida, a separação familiar, a exaustão, os climas agrestes, a incerteza sobre a duração da missão e a desmoralização sobre a eficácia da missão (King et al., 1999; Rosebush, 1998). Alguns dos stressores são específicos das missões de paz e incluem os sentimentos de impotência para travar o sofrimento e providenciar segurança às populações, conflitos sobre tarefas atribuídas, monotonia, agressões, incerteza e indefinição das normas de actuação contra acções hostis (Bramsen, et al., 2000; Litz, et al., 1997). Foram igualmente identificados como stressores a proximidade de ambientes hostis e a percepção pelos polícias de que o stress que experienciam não é reconhecido pelas suas famílias, amigos e Governos (O'Brien, 1994), sendo que estes factores podem contribuir para o desenvolvimento de perturbação de stress pós-traumático (King et al., 1999).

Após o início das missões, e sabendo-se que estas diferem radicalmente desde as pacíficas operações de observação (caso do Sinai) até às muito perigosas como a Somália e a Bósnia, foram identificados como stressores mais relevantes o facto de se lidar com situações que envolvam a morte, acidentes graves, o iminente perigo de serem

vitimas de minas ou de “firing close”, disparos de armas de fogo tendentes a intimidar os capacetes azuis, bem como a destruição deliberada e o cometimento de atrocidades sobre civis (Bransem et al, 2000). Weisaeth (1979)) verificou, após o fim da missão da ONU no Líbano, que 15% dos militares noruegueses experienciaram essa perturbação e que 25% dos que interromperam a missão devido a problemas disciplinares, médicos e familiares, também sofreram dessa mesma perturbação. Numa investigação efectuada a 3.461 polícias norte-americanos, Litz, et al., 1997), constatou que 8% dos que estiveram na Somália desenvolveram perturbação de stress pós-traumático cinco meses após o regresso a casa.

Em diversos estudos verificou-se que o tempo é uma variável decisiva no desenvolvimento de sintomas. Num estudo longitudinal de dois anos, efectuado a militares neo-zelandeses (Macdonald et al., 1998; Marshall, 2003) constatou-se que a angústia era muito elevada nas fases antes e no “*follow-up*”, mas que diminuía significativamente durante a missão. Estes dados são replicados do estudo de O’Brien (1994), em que as dificuldades psicológicas são maiores depois da missão, concluindo que se os investigadores focalizarem os seus estudos de incidência de perturbação de stress pós-traumático muito próximo do fim da missão, podem sobrestimar o verdadeiro alcance e dispersão da angústia entre os polícias e militares. Os indivíduos que recebem e percebem maior coesão grupal e apoio moral durante a missão, e os que pressentiram menos frustração com aspectos relacionados com a missão, sentiram menos preditores de perturbação de stress pós-traumático (Litz, 1997). Bramsen e colaboradores (2000) identificaram dois traços de personalidade preditores de perturbação de stress pós-traumático em indivíduos com altos níveis de hostilidade e desalento perante a vida e os que tinham personalidade paranóide e de desconfiança. A maioria dos elementos policiais envolvidos em missões de manutenção de paz lida bem com as exigências das missões e a perturbação de stress pós-traumático e outras formas de angústia psicológica como a depressão e o alcoolismo ocorrem frequentemente após a chegada à área de missão e durante a mesma (Bolton, 2004).

Surrador (2006), num estudo efectuado com 37 militares portugueses, constatou que os maiores factores de risco eram a perda do controlo emocional (24%), questões familiares tais como a separação e a reacção dos filhos à falta do pai, problemas de aproveitamento escolar dos filhos (23%) e adaptação à cultura, clima e alimentação (23%). Constatou ainda que os factores protectores de stress estavam directamente ligados à motivação, à nova oportunidade profissional e à criação de laços de amizade espontâneos entre os seleccionados.

O estudo do stress tem captado a atenção dos psicólogos e é interessante verificar que mesmo noutras áreas de acção, como é o caso dos membros das

tripulações das naves espaciais que têm que lidar com a separação, dificuldades de comunicação, confinamento a espaços exíguos, aborrecimento, monotonia, há a preocupação de identificar sinais de stress pós-traumático, pois estes podem colocar em risco a tarefa profissional. Estudos obtidos em treino detectaram já a prevalência de sintomas de depressão, insónia, irritabilidade, raiva, ansiedade, fadiga e decréscimo do desempenho cognitivo (Christensen & Talbot, 1986; Gunderson, 1974; Kanas, 1985), ainda antes da ida para a missão. Num estudo de Palinkas e colaboradores (2001) demonstrou-se que 5% de uma equipa mista de cientistas colocada na Antárctida durante um período de quatro anos, tinha atingido os critérios tipificados no DSM-IV. Os itens temperamento e adaptação foram os mais diagnosticados (32%), bem como as desordens e perturbações do sono (21%) e as desordens de personalidade (8%). Outros estudos demonstraram que indivíduos voluntários são capazes de manter altos níveis de desempenho por longos períodos de tempo (Palinkas & Browner, 1995), pois estando altamente motivados desempenham melhor as suas tarefas (Palinkas et al., 2000). Num outro estudo com 119 pessoas que, em 1989, passaram o Inverno na Antárctida, constatou-se que certos traços de personalidade, métodos de *coping* e recursos sociais estavam associados a sintomas depressivos (Palinkas & Browner, 1995). Estes resultados sugerem que os traços de personalidade, stress e *coping* são débeis preditores do comportamento e desempenho durante o Inverno porque o desempenho é mais influenciado pelas condições de confinamento e isolamento do que pelos traços de personalidade (Carver & Scheir, 1994).

Cada missão implica diferentes formas de expressar o stress. Na missão do Iraque, antes do embarque, os militares norte-americanos demonstravam incerteza e preocupação quanto a problemas de finanças, saúde, cuidados com os filhos e até com os animais de estimação, sendo uma fase de sentimentos tumultuosos para os novatos. A meio da missão, as pressões eram adicionais, coexistindo medo e incerteza, confrontação com situações de morte, dor, ferimentos, atrocidades, altos níveis de emoções, sintomas de dissociação, sendo esta a fase do stress agudo e da perturbação de stress pós-traumático (Cozza, 2003). A maioria sentiu os sintomas agudos das missões, ou seja, separação familiar, calor, frio, difíceis condições de vida, longas jornadas de trabalho, dificuldades de comunicação, aborrecimento e monotonia. Estes percursos podem ocasionar o desenvolvimento de depressões graves, alterações de humor e comportamento, desordens de ansiedade e de personalidade e até desordens psicóticas. Dependendo da disponibilidade, podem ocorrer casos de dependência ou ressurgimento da dependência de álcool e estupefacientes.

Bartone e colaboradores (1998) identificaram como dimensões de stress psicológico durante a fase de permanência na área da missão o isolamento (pois as

missões são para intervenção em áreas remotas, onde existem dificuldades de comunicação e movimentação) e a ambiguidade relativamente à operação, objectivos, duração e permanência. Existe a falácia de que a saúde mental é recuperada após o cessar dos eventos stressantes. Contudo, verifica-se que o stress pós-traumático persiste por anos após o fim da exposição, pelo que a ambiguidade da carta de missão, a ligeireza do mandato e os entraves no uso da força ocasionam uma pressão difícil de gerir, fazendo com que os polícias experienciem angústia (pois têm que demonstrar passividade e restringir a sua acção face a ameaças reais à sua vida, existindo um conflito de deveres entre o treino de polícia e o treino para intervenção numa missão internacional de manutenção de paz), impotência quanto à possibilidade, gorada, de intervenção e de resolução dos problemas das populações afectadas, aborrecimento quando a rotina se instala (são profissionais treinados para a acção e têm a percepção que existe um subaproveitamento das suas capacidades) e perigo, pois desde 1948 a 1998, perderam a vida, quer por acção letal directa, quer devido às doenças e epidemias, quer às minas terrestres, 1.559 funcionários da ONU (Rosebush, 1998).

Litz e colaboradores (1997) estudaram uma amostra de 3.461 soldados norte-americanos (3.085 homens e 225 mulheres) que intervieram no teatro de operações da Somália, tendo verificado que 8% sofriam de perturbação de stress pós-traumático, sendo patente que o stress excessivo induz a um vasto conjunto de desordens psicológicas. Os factores que foram unanimemente aceites como percursos do stress foram o nível de exigência, a duração da missão, a quantidade de casos, a aceitação da população residente e a quantidade e tipo de ataques.

Rosebush (1998) constatou que o retorno rápido após o fim da missão pode ocasionar uma série de problemas pessoais e sociais. Historicamente, os soldados regressavam por barco e tinham muitas semanas para preparar esse regresso. Actualmente, pode-se regressar dos antípodas, em apenas 24 horas, ocasionando as “adaptações relâmpago”. Consequentemente, a oportunidade de gerir as emoções, as experiências e bloquear a pressão antes de retornar à rotina não existe. Scanlon (1996) referiu o termo “síndrome de stress pós-missão” para espelhar o conjunto de sintomas que os soldados sentiam após o cumprimento da missão e que historicamente era referida como “reação ao stress de combate”, “fadiga de batalha”, “shell shock” ou “neurose de guerra” (Pern, 2000; Solomon, 2001). Segundo Solomon (2001), as reacções de stress de combate aparecem quando um soldado bloqueia as suas defesas psicológicas e sente-se tão fragilizado e dominado pela ameaça, que fica subjugado pela ansiedade e pela incapacidade de reagir, incluindo-se neste paradigma os bombeiros, paramédicos, polícias e agentes da protecção civil, sendo pacífico afirmar que todos

estes estão de sobremaneira expostos ao trauma ocupacional e têm fortes probabilidades de desenvolver stress pós-traumático recorrente ou secundário (Figley, 1995).

Terminamos aqui o enquadramento teórico deste trabalho, apresentando seguidamente o estudo empírico.

PARTE II – ESTUDO EMPÍRICO

CAPÍTULO IV - METODOLOGIA

Neste capítulo descreveremos a metodologia utilizada no estudo empírico, dando conta das hipóteses formuladas e dos instrumentos aplicados, bem como dos procedimentos de recolha. Terminaremos com a caracterização da amostra.

1. Objectivos e hipóteses

O presente estudo teve como ponto de partida o estudo dos traços de personalidade e da percepção de stress em elementos da Guarda Nacional Republicana inseridos em missões internacionais de paz, mais especificamente o traço de personalidade da Procura de Sensações (*“sensation seeking”*) nos guardas do então denominado Regimento de Infantaria da G.N.R. (Unidade de Intervenção) que participaram nas missões de paz no território de Timor-leste. A escolha deste grupo foi efectuada depois da constatação de que os guardas da G.N.R. que desempenham funções nessa Unidade de Intervenção parecem possuir características muito específicas de voluntariado, sendo a sua formação técnica virada para a resposta condicionada a tempos de reacção muito curtos, a muita pressão e direccionada para contextos de controlo de distúrbios civis, alterações graves de ordem pública e missões de elevado risco. Apesar de termos encontrado estudos sobre o stress em forças policiais e alguns que o relacionavam com a Procura de Sensações (Eaddy, 1997; Mendes, 2005) não encontramos estudos efectuados a elementos da G.N.R. Como pertencemos a esta força de segurança e como integramos uma missão de paz em Timor-leste, consideramos útil reflectir sobre esta temática, conforme já referimos na Introdução deste trabalho.

Temos então como objectivos conhecer o traço de personalidade “Procura de Sensações” e os motivos da escolha da missão pelos guardas candidatos, conhecer a percepção do stress experienciado durante a missão, bem como saber se foi vivido algum acontecimento marcante que possa ter desencadeado perturbação de stress pós traumático e conhecer globalmente a opinião sobre a missão e as principais dificuldades sentidas após o regresso. Partimos da ideia de que a Procura de Sensações pode ser um traço ou estado emocional suficientemente forte para evitar o stress e exaustão emocional vividas num cenário de crise.

Tendo em conta os objectivos definidos e tomando como base a bibliografia consultada, consideramos as seguintes hipóteses:

- **Hipótese 1** - os guardas que vão em missão de paz apresentam traços de personalidade específicos, nomeadamente maior tendência para a “Procura de Sensações”.

- **Hipótese 2** - atendendo às condições da missão, os guardas que integram as missão de paz experienciam algum nível de stress, que, quando vivenciado um acontecimento marcante, poderá originar stress pós-traumático e alguma desordem psicológica.

2. Instrumentos

Como não encontramos nenhum estudo sobre o que nos propusemos analisar, tivemos necessidade de construir um questionário que avaliasse as dimensões em causa. Após várias versões preliminares aplicadas junto de outros elementos da G.N.R. com as mesmas características da amostra final, chegamos a uma versão definitiva do questionário, sendo este composto por quatro grandes grupos de questões. Estes grupos permitiram-nos recolher informação sobre características sócio-demográficas, “Procura de Sensações”, desordens psicológicas e stress / stress pós-traumático.

Assim, no Grupo I incluímos as características sóciodemográficas (idade e estado civil) e sobretudo características da missão de paz efectuada, como tempo de permanência, tempo de regresso, duração da missão, motivos da ida, opinião sobre a missão, dificuldades sentidas, entre outras.

O Grupo II consistiu num questionário usado para avaliar a Procura de Sensações, concretamente o “Sensation Seeking Scale – V” de Zuckerman (1994) numa versão traduzida por Mendes (2005) e aplicada a forças policiais por Mendes (2005) e J. Oliveira (2008). Este questionário apresenta 40 itens agrupados em quatro sub-escalas, designadamente a procura de emoção e aventura (TAS – “Thrill and Adventure Seeking”), procura de experiências (ES – “Experience Seeking”), Desinibição (DIS – “Disinhibition”) e Intolerância ao Aborrecimento (BS - “Boredom Susceptibility”), podendo ser também calculado o valor total (somatório das sub-escalas.) Cada escala é avaliada pela selecção de uma frase entre duas alternativas, variando os valores entre 0 e 10 para cada sub-escala, ou entre 0 e 40 no teste total, consoante o inquirido apresenta a selecção de frases que traduzem o traço de personalidade em estudo. Visto termos utilizado traduções/adaptações de um instrumento originalmente criado em inglês, efectuamos uma análise da fidelidade da nossa versão, utilizando o *Alpha de Cronbach* e comparando-o com os dados originais disponíveis para cada sub-escala de cada instrumento. Dada a grande utilização deste instrumento, Deditis-Island e Caruso (2002) determinaram o valor médio do coeficiente *Alfa de Cronbach*, tendo efectuado uma revisão de 244 artigos científicos em que o instrumento foi utilizado, compreendendo um

período de 20 anos de pesquisa científica. Encontramos também estudos que utilizaram esta tradução de Mendes (2005) noutros grupos profissionais, como médicos (Oliveira, M. 2008), e estudantes (Moreira, 2008) e comparamos os valores de Alfa da nossa amostra com todos estes estudos (Quadro 1). Verificamos que os valores de *Alpha de Cronbach* são algo baixos e situam-se abaixo dos 0.8 recomendados por Bryman e Cramer (1993), mas enquadram-se nos limites descritos por Deditius-Island e Caruso (2002). Salientam-se contudo a escala de Intolerância ao Aborrecimento com um valor muito reduzido (0.181), o que pode ser explicado pela reduzida presença do traço na nossa amostra.

Quadro1. Valores do *Alpha de Cronbach* para a “Procura de Sensações” no SSS-V

Estudos	TAS	ES	DIS	BS	SS-Total
Deditius-Island & Caruso (2002)					
Média do alfa	0,75	0,69	0,69	0,62	0,76
Mínimo do alfa	0,56	0,40	0,48	0,17	0,39
Máximo do alfa	0,83	0,89	0,79	0,88	0,85
Zuckerman (1994)					
Mínimo do alfa	0,77	0,61	0,74	0,56	0,83
Máximo do alfa	0,82	0,67	0,78	0,65	0,86
Moreira (2008)	0,74	0,52	0,65	0,46	0,76 (N=64)
M. Oliveira (2008)	0,80	0,68	0,74	0,56	---- (N=88)
J. Oliveira (2008)	0,77	0,51	0,61	0,54	0,79 (N=350)
Costa (2008)	0,72	0,62	0,56	0,41	0,75 (N=42)
Neste estudo	0,656	0,596	0,620	0,181	0,768 (N=70)

O Grupo III foi composto por um questionário de avaliação das desordens psicológicas, adaptado do GHQ – 12 (Goldberg, 1992) por Pires (2005). Detecta perturbações não psicóticas em contextos comunitários ou médicos através de 12 frases que pretendem avaliar o bem-estar psicológico de um indivíduo num determinado momento, podendo ser usada num amplo espectro de cenários e de populações. Cada item é avaliado numa escala de zero a três pontos e valor total pode variar de 0 a 36 pontos. Verificamos (Quadro 2) que o *Alfa de Cronbach* é bastante inferior à tradução portuguesa existente, talvez pela reduzida presença de perturbações na nossa amostra, como veremos posteriormente.

Quadro 2. Valores do *Alpha de Cronbach* para a Escala de Perturbação GHQ-12

Estudos	Variáveis	Perturbação total
Pires (2005)		0,830 (N=42)
Neste estudo		0,567 (N=70)

Finalmente, o Grupo IV refere-se ao instrumento destinado a avaliar o stress percebido, tendo sido usada a Escala de Stress Percebido (PSS – Perceived Stress Scale) adaptada por Mota Cardoso e colaboradores (2002) a partir do original de Cohen, Kamarck e Mermelstein (1983). A escala é constituída por 14 itens que avaliam quais as situações/acontecimentos de vida que são consideradas pela própria pessoa como stressantes (note-se que Mota Cardoso e colaboradores no estudo de 2002 apresentam uma versão com 14 itens e outra com 10 itens por ser mais consistente, mas optamos por utilizar a versão completa dos 14 itens por estar mais próxima do estudo original) e a pontuação é dada de 0 a 4 pontos por item, ou seja, de 0 a 56 pontos o total (havendo itens com pontuação invertida). Relativamente ao *Alfa de Cronbach* (Quadro 3) observa-se que os resultados obtidos no nosso estudo encontram-se de novo ligeiramente abaixo dos valores apresentados por outros autores.

Quadro 3. Valores do *Alfa de Cronbach* para a Escala de Stress Percebido

Estudos	Variáveis	Stress total
Cohen, Kamarck & Mermelstein (1983) – 14 itens		0.840 (N=332)
Mota Cardoso e colaboradores (2002) – 10 itens		0.863 (N=200)
Rodrigues (2008) – 14 itens		0.835 (N=74)
Neste estudo – 14 itens		0,675 (N=70)

Ainda neste Grupo IV sobre o stress, incluímos a Escala de Avaliação da Resposta ao Acontecimento Traumático (EARAT) de Pires (2005), na qual existem 17 itens avaliados com resposta Sim ou Não e relativos a efeitos do acontecimento traumático. Cada item é cotado com valor zero ou 1 e a pontuação total varia de 0 a 7 pontos. O *Alfa de Cronbach* obtido no nosso estudo (Quadro 4) é próximo do recomendado de 0.8 por Bryman e Cramer (1993) e superior ao de outro estudo português (Pires, 2005).

Quadro 4. Valores do *Alfa de Cronbach* para o stress pós-traumático (EARAT)

Estudos	Variáveis	Stress total
Alberto, 1999 (in Pires, 2005)		0,710 (n=90)
Neste estudo		0,735 (N=70)

3. Procedimento de recolha de dados

Como o estudo foi realizado num grupo de guardas da Unidade de Intervenção da G.N.R., foi necessário solicitar autorização escrita ao Comandante-geral da Corporação. Depois de obtida a autorização formal, foi contactado o Chefe da Secção de Operações e Informações da Unidade de Intervenção, com o objectivo de melhor enquadrar a recolha

de dados em coordenação com os comandantes das companhias de intervenção, destacando o anonimato e confidencialidade dos dados. Após a distribuição, os questionários foram preenchidos e devolvidos, sendo colocados em caixas fechadas. Não nos deparamos com dificuldades de colaboração, pois os guardas que prestam serviço nesta Unidade, fruto de anteriores participações nas missões de Timor, do Iraque e da Bósnia, têm sido frequentemente procurados para serem inquiridos, seja para estudos internos, nomeadamente para trabalhos de fim de licenciatura da Academia Militar, seja para investigadores externos. Dos 75 inquéritos distribuídos, foram recolhidos 75 exemplares, os quais foram revistos e cotados para referência posterior, tendo sido eliminados cinco por estarem incompletos no preenchimento. De ressaltar que não existe nenhum inquirido do sexo feminino por estarem ainda em missão no exterior do País. A recolha de dados decorreu em Julho de 2008.

O estudo caracteriza-se como uma investigação de *design ex post facto*, uma vez que não houve manipulação de variáveis. Este tipo de investigação, de acordo com Kiess e Bloomquist (1985) é classificado como algo que é avaliado e estudado após um determinado acontecimento ter ocorrido e ter sido experimentado pelos indivíduos. Na nossa investigação a inclusão depende da participação em missões de paz no território de Timor-leste, pelo contexto histórico e cultural.

4. Codificação dos resultados

Os dados foram introduzidos numa matriz de dupla entrada criada no programa SPSS (Statistical Package for the Social Sciences, versão 15). Cada linha correspondeu a um inquirido (num total de 70) e cada coluna a uma questão. Os testes estatísticos utilizados foram os adequados às variáveis dependentes e independentes, sendo predominantemente usado o Qui-quadrado (para variáveis nominais) ou a diferença de médias (para variáveis quantitativas).

5. Caracterização da amostra

A amostra final foi constituída por 70 inquiridos, todos pertencentes à Unidade de Intervenção, mais concretamente a duas das companhias de intervenção que compõem a mesma. No que se refere à idade (Quadro 5), verificamos que metade dos nossos inquiridos encontram-se no intervalo etário dos 22 aos 30 anos, o que significa que podemos considerá-la uma amostra “jovem”. A amplitude das idades da amostra vai desde os 22 anos aos 52 anos, sendo a média de 31.3 anos.

Quadro 5. Distribuição por idade

Idade	Frequência	Percentagem	Percentagem Acumulada
22	1	1,4	1,4
23	1	1,4	2,9
24	4	5,7	8,6
25	2	2,9	11,4
27	8	11,4	22,9
28	10	14,3	37,1
29	7	10,0	47,1
30	2	2,9	50,0
31	5	7,1	57,1
32	5	7,1	64,3
33	9	12,9	77,1
34	2	2,9	80,0
35	3	4,3	84,3
36	2	2,9	87,1
38	1	1,4	88,6
40	3	4,3	92,9
41	1	1,4	94,3
42	1	1,4	95,7
44	1	1,4	97,1
47	1	1,4	98,6
52	1	1,4	100,0
Total	70	100,0	
Mínimo	Máximo	Média	Desvio Padrão
22	52	31,30	5,635

Quanto ao estado civil (Quadro 6), verificamos que a maior parte da amostra está casada ou vive em união de facto (62,9%) e que uma grande parte é solteiro (32,9%). A percentagem de indivíduos divorciados ou separados é residual.

Quadro 6. Distribuição por estado civil

Estado Civil	Frequência	Percentagem
Solteiro	23	32,9
Casado ou em união de facto	44	62,9
Divorciado ou separado	3	4,3
Total	70	100,0

Relativamente à distribuição por meses de duração da missão (Quadro 7), verificamos que a maior parte da amostra está situada nos 6 meses de missão (60%) e nos 7 meses (23%). A permanência até um ano apresenta valores residuais, sendo ainda de realçar que a duração por 8 meses acolhe 10% da amostra. A média de duração situa-se assim nos 6,44 meses, período este de referência para as rotações dos diversos contingentes.

Quadro 7. Distribuição por meses de duração da missão

Quadro 1: Distribuição por meses do carvão da missão			
Meses	Frequência	Percentagem	
4	1	1,4	
5	3	4,3	
6	42	60,0	
7	16	22,9	
8	7	10,0	
12	1	1,4	
Total	70	100,0	
Mínimo	Máximo	Média	Desvio Padrão
4	12	6,44	1,030

No que se refere ao tempo de regresso após a missão (Quadro 8), constatamos que parte significativa da amostra está situada nos dois meses (26%), nos 7 meses (23%) e nos 8 meses (19%), o que se explica pela rotação de 6 em 6 meses dos contingentes. As baixas percentagens entre os 9 e os 96 meses explicam-se pelo facto de existirem guardas que repetem as missões e se encontravam em Timor-leste na altura da recolha dos dados e pela rotação dos efectivos, que por serem naturais e residentes, na sua maioria, de localidades exteriores à área metropolitana de Lisboa, optam por pedir transferência.

Quadro 8. Distribuição por tempo de regresso após a missão

Quadro 01: Distribuição por tempo de regressão após a morte			
Meses		Frequência	Percentagem
1		1	1,4
2		18	25,7
5		3	4,3
7		16	22,9
8		13	18,6
9		2	2,9
11		1	1,4
12		1	1,4
14		5	7,1
22		1	1,4
24 (2 anos)		2	2,9
72 (6 anos)		2	2,9
84 (7 anos)		4	5,7
96 (8 anos)		1	1,4
Total		70	100,0
Mínimo	Máximo	Média	Desvio Padrão
1	96	14,64	23,346

Relativamente ao facto de terem cumprido a missão até ao fim, 98.6% (ou seja 69 inquiridos) reponderam afirmativamente, tendo apenas um respondido negativamente. Este inquirido apontou motivos de ordem pessoal para o regresso da missão antes de esta terminar. Tendo terminado a caracterização da amostra, apresentamos seguidamente os resultados obtidos e respectiva discussão.

CAPÍTULO V – ANÁLISE E INTERPRETAÇÃO DOS RESULTADOS

Neste capítulo apresentamos e discutimos os resultados obtidos. Começamos por efectuar uma análise descritiva, caracterizando de forma simples cada um dos itens das variáveis em estudo, o que possibilita conhecer transversalmente os dados obtidos na nossa amostra. Seguidamente apresentamos uma breve análise correlacional.

1. Análise descritiva

Pretendemos caracterizar as variáveis utilizadas neste estudo de acordo com as frequências e percentagens de cada categoria, procurando identificar quais as que se destacam na distribuição. Para a análise estatística utilizamos essencialmente o teste do Qui-Quadrado, pois segundo diferentes autores (Bryman & Cramer, 1993; Everitt, 1977; Levin, 1987; Maroco, 2003) este teste permite verificar se os resultados de uma variável com mais de duas categorias (com duas categorias é utilizado o teste binomial) apresentam uma distribuição semelhante ou uniforme.

No que se refere aos resultados obtidos, começamos por apresentar as razões da ida em regime de voluntariado (Quadro 9), verificando-se que 47 inquiridos procuravam ter novas experiências (facto que parece traduzir já a presença do traço “Procura de Sensações”) e 63 inquiridos procuravam um melhor vencimento. Verificamos também que um elevado número de inquiridos (48) respondeu que procurava a sua valorização pessoal ou técnico-profissional, o que é sintomático da sua preocupação em evoluir.

Expressivas são igualmente as respostas que denotam que estão contentes ou adaptados ao serviço não tendo ido para mudar de funções no serviço (apenas 4 inquiridos foram), que não procuram afastar-se da família nem do serviço (zero inquiridos) e que não vão por motivos altruístas (apenas 16 inquiridos foram por este motivo). A questão de não irem por motivos altruístas, poderá ser explicada pelo facto de os inquiridos serem, maioritariamente, da classe média-baixa, e estarem assim mais vulneráveis a crises económicas. Além disso, estão também deslocados de casa e por isso têm de acumular as despesas inerentes a manter duas habitações, sendo o salário base, sem quaisquer suplementos, exíguo. Este resultado pode ser considerado polémico. Contudo, para alguns autores (Lawrence, 1984; Terry, 1985) uma das características de personalidade dos agentes de autoridade com funções predominantemente operacionais é a indiferença face aos outros e às situações. Sabemos assim que muitos operacionais ficam indiferentes, mais afastados emocionalmente e menos assertivos com os cidadãos e menos receptivos aos seus problemas, à medida que os anos de vivência profissional se vão acumulando (Banton, 1964; Symonds, 1972). Hillgren e Bond (1975) sustentam que a indiferença afectiva do

polícia pode estar relacionada com mecanismos de defesa e de negação que ajudam a consolidar as necessárias estratégias de coping face ao stress causados pela adversidade do trabalho policial. Neste sentido, os motivos altruístas podem então não ser os predominantes na escolha da missão.

Quadro 9. Razões que motivaram a ida

Motivos	Sim	Não
Vontade de ter novas experiências	47	23
Conseguir ter um melhor salário	63	7
Mudar de funções ou de serviço	4	66
Afastar-se de problemas no serviço	0	70
Afastar-se de problemas na família	0	70
Motivos humanitários ou altruístas	16	54
Valorização pessoal ou técnico-profissional	48	22

Relativamente à opinião sobre a missão (Quadro 10), predomina a opinião dos inquiridos relativamente ao facto de terem apreciado mas preferirem ir para outro lugar (59%) e dos que gostariam de regressar (36%), demonstrativa da Procura de Sensações e dos baixos níveis experienciados de exaustão emocional. Esta situação deve-se primordialmente, ao facto de os inquiridos terem estado enquadrados num sistema que lhes permitia apoio logístico contínuo, algo que os guardas destacados individualmente não possuíam. A procura de outros cenários de crise está assim condizente com a necessidade de novas experiências, correlacionadas com tipos específicos de personalidade, como iremos constatar posteriormente. Estes resultados confirmam aquilo que alguns estudos anglo-saxónicos já haviam constatado (Bramsen et al, 2000; Cozza et al, 2003; Hourani & Yuan, 1999; King et al, 1998; Litz, 1996; Rosebush, 1998; Roy-Cyr & Drodge, 2003), verificando-se que a adaptação é fácil quando integrados em grupo (contingentes) e algo problemática, quando participam sozinhos.

Quadro 10. Opinião sobre a missão

Opinião	N	%
Gostou e vai tentar regressar	25	35,7
Gostou mas preferia ir para outro país	41	58,6
Gostou mas não tenciona ir para outra missão	1	1,4
Não gostou/não se importa ir para outro país	1	1,4
Não gostou/não está arrependido ter ido	2	2,9

Podemos também verificar que a maioria dos inquiridos (60%) não tem experiência prévia de missão (Quadro 11), o que nos direccionava para um campo de recrutamento propenso a experienciar stress. Este facto de pouca experiência internacional está relacionado, não só com a elevada rotação dos contingentes, mas também com a gestão dos efectivos, permitindo que exista um período de pausa entre missões, para que os militares possam estar com as famílias e recuperarem da missão.

Será de realçar ainda que estando a Unidade de Intervenção sediada em Lisboa, e sendo a grande maioria dos guardas da G.N.R. naturais de outros distritos, existe uma elevada rotatividade do efectivo, pelo que, os números espelham isso mesmo.

Quadro 11. Em quantas missões já esteve para além desta?

Nº de missões	N	%
0	42	60
1	16	22,9
2	8	11,4
3	4	5,7

Relativamente às dificuldades sentidas no regresso (Quadro 12), constatamos que a amostra se polariza entre os que não tiveram nenhuma dificuldade (43%) e os que sentiram problemas de adaptação à rotina e à família (23%), sendo ainda de realçar que 17% dos inquiridos não respondeu. Este quadro remete-nos para a personalidade típica dos “Sensation Seekers” porquanto a quase maioria ao responder que não tiveram nenhuma dificuldade ilustra que a procura de emoções/sensações supera, compensa e contorna as dificuldades que, teoricamente, tivessem equacionado vir a sentir ou mesmo a sentir. O facto dos que tiveram dificuldades de adaptação à rotina e à família estarem colocados numa posição cimeira, direcciona-nos para a explicação da Procura de Sensações.

Quadro 12. Dificuldades sentidas no regresso

Dificuldades	N	%
Adaptação rotina/família	16	22,9
Adaptação ao sistema rodoviário nacional	1	1,4
Diferença salarial	2	2,9
Habituação ao clima	1	1,4
Mudança de fuso horário	6	8,6
Não responde	12	17,1
Nenhuma dificuldade	30	42,9
Quebra de laços sociais	1	1,4
Saudade dos laços profissionais	1	1,4

Entrando agora na análise dos traços de personalidade, no que se refere à Procura de Sensações avaliada através do SSS-V, efectuamos a sua análise por sub-escalas ou dimensões, uma vez que permite visualizar os resultados mais facilmente. É de referir que esta parte do questionário foi a que congregou as maiores dúvidas, decorrentes do facto de não existir uma terceira opção, porquanto, por vezes, nenhuma das duas reflectia o que sentiam. Contudo, este é um dos objectivos do instrumento, forçar o inquirido a assumir uma posição, tentando reduzir a influência da normalidade e da conformidade social ou de conjuntos de respostas de aquiescência (Zuckerman, 1994). Marcamos a sombreado na tabela os itens que traduzem esta dimensão (ex: no

item 3 a resposta A) e marcamos ainda o valor predominante na frequência (N), o que nem sempre coincide (ex: item 38).

Relativamente à dimensão Procura de Emoção e Aventura (Quadro 13), encontramos diferenças significativas entre a resposta de tipo A e a resposta de tipo B. Verificamos apenas as excepções relativas aos itens 38 e 40 em que se reportam diferenças não significativas. É de realçar que o maior número de “omissos” ocorre em relação ao item 3, 28 e 40. Outro aspecto importante a referir é que foi alcançado o valor máximo da escala e a média obtida é relativamente alta (7,46), sendo inclusivamente a dimensão do SSS com os valores médios mais elevados da amostra, e o segundo menor número de “Omissos”, o que nos permite concluir que a procura de emoções e aventura abrange o perfil em que se enquadram as personalidades dos guardas analisados, pertencentes a uma Unidade especializada, o que parece confirmar a realidade profissional deste grupo específico quando confrontado com outros estudos, nomeadamente os efectuados com elementos da P.S.P., por Mendes (2005), com uma média de 6.97 e por J. Oliveira (2008) com uma média de 6.48.

Quadro 13. Distribuição para a dimensão “Procura de emoção e aventura” no SSS					
Procura de Emoção e Aventura (TAS)		N	Omissos	QQ	Sig
3	A Penso com frequência que gostaria de ser um alpinista.	46	1	7,667	0,006
	B Não consigo compreender as pessoas que arriscam as suas vidas a escalar montanhas.	23			
11	A Uma pessoa sensata evita actividades perigosas.	14	0	25,200	0,000
	B Por vezes gosto de fazer coisas um pouco arriscadas.	56			
16	A Gostaria de praticar esqui aquático.	60	0	35,714	0,000
	B Não gostaria de praticar esqui aquático.	10			
17	A Gostaria de experimentar fazer surf.	60	0	35,714	0,000
	B Não gostaria de experimentar fazer surf.	10			
20	A Não gostaria de aprender a pilotar um avião.	3	0	58,514	0,000
	B Gostaria de aprender a pilotar um avião.	67			
21	A Prefiro a superfície da água às suas profundezas.	20	0	12,857	0,000
	B Gostaria de fazer mergulho sub-aquático.	50			
23	A Gostaria de experimentar saltar de pára-quedas.	58	0	30,229	0,000
	A Gosto de mergulhar da prancha mais alta.	54			
28	B Não gosto da sensação de estar na prancha mais alta, nem me aproximo dela.	15	1	22,043	0,000
	A Fazer longas viagens em barcos pequenos é imprudente.	39			
38	B Gostaria de fazer uma longa viagem num barco pequeno desde que ele navegasse bem.	31	0	0,914	0,339 NS
	A Esquiar numa montanha com um grande declive é uma boa maneira de acabar de muletas.	29			
40	B Gostaria de experimentar a sensação de esquiar muito depressa numa montanha com um grande declive.	40	1	1,754	0,185 NS
	A Esquiar numa montanha com um grande declive é uma boa maneira de acabar de muletas.	29			
Escala: 0-10		Mínimo	Máximo	Média	D.P.
		2	10	7,46	2,083

Relativamente à dimensão Procura de Experiências (ES) voltamos a registar diferenças significativas entre a resposta de tipo A e a resposta de tipo B (Quadro 14), à excepção do item 22. Verifica-se também que o maior número de “omissos” ocorre em relação ao item 4, 6, 22 e 26. Refira-se ainda que o item 4 teve o valor máximo de escolhas na resposta B e que o item 10 teve o valor máximo de marcações na resposta A, ambos com uma discrepância extremamente acentuada. Verifica-se que a nossa amostra apresenta níveis médios nesta dimensão (4.89), obtendo uma média que quase coincide com o ponto intermédio (5.0, tendo em conta a variação de 0 a 10 respostas), o que nos permite concluir que os inquiridos não parecem então valorizar muito a procura de experiências, na senda dos resultados obtidos na P.S.P. por Mendes (2005), com uma média de 4.08 e J. Oliveira (2008), com uma média de 4.65. É, mesmo assim, superior a estes, devendo-se tal facto ao tipo de formação e enquadramento dos inquiridos.

Quadro 14. Distribuição para a dimensão Procura de Experiências no SSS

Procura de Experiências (ES)			N	Omissos	QQ	Sig
4	A	Não gosto de nenhum cheiro corporal.	10	1	34,797	0,000
	B	Gosto de alguns cheiros do corpo humano.	59			
6	A	Gosto de explorar sozinho uma cidade desconhecida ou uma zona de uma cidade, ainda que me possa perder.	43	1	4,188	0,041
	B	Prefiro a ajuda de um guia quando estou num local que não conheço bem.	26			
9	A	Já experimentei drogas ilícitas ou gostaria de o fazer.	13	0	27,657	0,000
	B	Nunca seria capaz de experimentar drogas ilícitas.	57			
10	A	Não gostaria de experimentar qualquer substância que possa produzir em mim efeitos estranhos ou perigosos.	65	0	51,429	0,000
	B	Gostaria de experimentar algumas das substâncias que produzem alucinações.	5			
14	A	Gosto de experimentar comidas que nunca provei.	50	0	12,857	0,000
	B	Peço pratos com os quais estou familiarizado, de modo a evitar decepções ou desilusões.	20			
18	A	Gostaria de fazer uma viagem sem planos pré-definidos ou horários.	48	0	9,657	0,002
	B	Quando viajo gosto de planear os locais e horários cuidadosamente.	22			
19	A	Prefiro ter como amigos pessoas do tipo “terra a terra”.	52	0	16,514	0,000
	B	Gostaria de fazer amigos em grupos invulgares como artistas, punks ou hippies.	18			
22	A	Gostaria de conhecer pessoas que são homossexuais (homem ou mulher).	31	1	0,710	0,399 NS
	B	Afasto-me de qualquer pessoa que suspeite ser homossexual.	38			
26	A	A essência de uma obra de arte está na sua clareza, simetria de formas e harmonia das cores.	51	1	15,783	0,000
	B	Encontro frequentemente a beleza nas cores chocantes e formas irregulares das pinturas modernas.	18			
37	A	As pessoas deviam vestir-se de acordo com padrões de bom gosto, estilo e perfeição.	12	0	30,229	0,000
	B	As pessoas devem vestir-se de acordo com o seu próprio gosto, mesmo que o resultado seja por vezes estranho.	58			
Escala: 0-10			Mínimo	Máximo	Média	D.P.
			1	9	4,89	1,982

Na dimensão Desinibição (Quadro 15) ressaltam desde logo as diferenças altamente significativas em todos os itens. No entanto, a média é mais baixa do que nas dimensões anteriores (3.96). A maioria dos inquiridos optou pela resposta que não traduz o traço, excepto nos itens 12, 32 e 35 (todos relacionados com sexo). Refira-se ainda os casos omissos (o maior número de entre as dimensões) dispersos por toda a dimensão. Podemos então concluir que os inquiridos apresentam uma baixa desinibição, excepto no que diz respeito às questões de natureza sexual, aliás, claramente explicável pelo enquadramento de afirmação masculina que impera no meio policial, onde se cultiva e onde se exaltam comportamentos tidos por másculos. Os valores obtidos confirmam os valores obtidos noutros estudos nacionais efectuados com polícias, como Mendes (2005) com uma média de 3.52 e J. Oliveira (2008), com a média de 3.85. Uma vez mais, a nossa média é superior, sobressaindo o “controlo institucional”. É ainda interessante verificar o item 36, referente ao consumo de álcool, onde transparece uma mudança de hábitos, comparativamente com anteriores gerações. Relevante ainda de análise é o item referente ao consumo de estupefacientes (item 13), onde se verifica uma natural recusa.

Quadro 15. Distribuição para a dimensão “Desinibição” no SSS

Desinibição (DIS) - Itens		N	Omissos	QQ	Sig
1	A Gosto de festas desinibidas e loucas.	21			
	B Prefiro festas sossegadas e onde se pode ter uma boa conversa.	49	0	11,200	0,001
12	A Não gosto da companhia de pessoas desinibidas e livres quanto ao sexo.	7			
	B Gosto da companhia de pessoas desinibidas e livres quanto ao sexo.	63	0	44,800	0,000
13	A As substâncias estimulantes incomodam-me.	57			
	B Gosto de ficar “pedrado”, de vez em quando, bebendo álcool ou consumindo drogas.	12	1	29,348	0,000
25	A Não estou interessado em fazer experiências só para experimentar.	50			
	B Gosto de experiências e sensações novas e excitantes, mesmo que sejam um pouco assustadoras, pouco convencionais ou ilegais.	20	0	12,857	0,000
29	A Gosto de sair com pessoas que sejam fisicamente excitantes.	11			
	B Gosto de sair com pessoas que partilhem os meus valores.	58	1	32,014	0,000
30	A Beber muito normalmente estraga uma festa porque algumas pessoas tornam-se ruidosas e violentas.	59			
	B Manter os copos cheios é a razão do sucesso de uma festa.	10	1	34,797	0,000
32	A As pessoas deveriam ter alguma experiência sexual antes do casamento.	67			
	B É preferível um casal começar a sua experiência sexual após o casamento.	2	1	61,232	0,000
33	A Mesmo que tivesse dinheiro, não me preocuparia em me associar a pessoas ricas e famosas do jet set.	58			
	B Consigo imaginar-me numa vida de prazer pelo mundo fora com pessoas ricas e famosas do jet-set.	12	0	30,229	0,000
35	A Existem demasiadas cenas de sexo nos filmes.	12	1	29,348	0,000

Quadro 15. Distribuição para a dimensão “Desinibição” no SSS (Conclusão)

Desinibição (DIS) - Itens		N	Omissos	QQ	Sig
	B Gosto de ver muitas das cenas de sexo nos filmes.	57			
	A Sinto-me melhor depois de beber uns copos.	4			
36	B Algo está mal nas pessoas que precisam de álcool para se sentirem bem.	65	1	53,928	0,000
Desinibição (DIS) - Itens		Mínimo	Máximo	Média	D.P.
Escala: 0-10		0	9	3,96	1,740

Quanto à dimensão Intolerância ao Aborrecimento (Quadro 16), apenas no item 39 não se obtiveram diferenças significativas. Nenhum item caracterizador do traço foi a opção mais escolhida e a média é a mais baixa de todas as dimensões, bem como o desvio padrão, o que indica que os inquiridos parecem tolerar bem o aborrecimento. Tal resultado, comparado com a média do estudo de Mendes (2005), com uma média de 2.15 e de J. Oliveira (2008), com uma média de 2.28, é explicável pelo facto de estarem bem treinados e motivados para o desempenho de tarefas rotineiras.

Quadro 16. Distribuição das frequências para a dimensão “Intolerância ao aborrecimento” no SSS

Intolerância ao Aborrecimento (BS) - Itens		N	Omissos	QQ	Sig
	A Há alguns filmes que gosto de ver mais do que uma vez.	69			
2	B Não tenho paciência para ver um filme que já tenha visto antes.	1	0	66,057	0,000
	A Aborreço-me de ver sempre as mesmas caras.	1			
5	B Gosto da familiaridade confortável dos amigos de todos os dias.	69	0	66,057	0,000
	A Não gosto das pessoas que fazem ou dizem coisas só para chocar ou incomodar os outros.	55			
7	B Quando se consegue prever quase tudo o que alguém fará ou dirá, essa pessoa deve ser aborrecida.	14	1	24,362	0,000
	A Normalmente não gosto de um filme em que possa prever o que se irá passar.	24			
8	B Não me importo de ver um filme em que possa prever o que vai acontecer.	46	0	6,914	0,009
	A Gosto de ver vídeos caseiros ou slides de viagens.	62			
15	B Ver vídeos caseiros ou slides de viagens de alguém aborrece-me muito.	8	0	41,657	0,000
	A Prefiro amigos que sejam excitantemente imprevisíveis.	10	0	35,714	0,000
24	B Prefiro amigos fiáveis e previsíveis.	60			
	A Gosto de passar algum tempo nas proximidades de minha casa.	53			
27	B Fico irritado se tenho de me limitar a passear nas proximidades de casa.	17	0	18,514	0,000
	A O pior defeito social é ser rude.	57			
31	B O pior defeito social é ser aborrecido.	12	1	29,348	0,000
	A Gosto de pessoas brincalhonas e espirituosas, mesmo que por vezes insultem os outros.	8			
34	B Não gosto de pessoas que se divertem na expectativa de ferir os sentimentos dos outros.	62	0	41,657	0,000
	A Não tenho paciência para pessoas estúpidas ou aborrecidas.	27			
39	B Encontro algo interessante em quase todas as pessoas com quem converso.	43	0	3,657	0,056
Escala: 0-10		Mínimo	Máximo	Média	D.P.
		0	5	1,74	1,270

A percepção do stress experienciado durante a missão (Quadro 17), é baixa, pois estamos perante uma amostra proveniente de uma unidade especial da G.N.R., onde a formação é muito exigente, permitindo assim reduzir os níveis de insatisfação e de desmotivação. É facilmente percepcionável a coerência interna das respostas, onde apenas no item 5 se verifica que o simples facto de se estar numa realidade totalmente diferente levou os inquiridos a terem dúvidas sobre a percepção de que controlavam as mudanças. Demonstram, transversalmente, que controlavam a sua rotina. Neste mesmo item, verificamos que é expressivo o número de respostas “Às vezes”, levando-nos a concluir que tal se deverá a uma certa desilusão dos inquiridos quanto à sua percepção de resposta dos timorenses às acções de colaboração e solidariedade. Verifica-se que a maioria dos inquiridos se sentia confortável e relaxada quanto ao seu desempenho e quanto à ideia do que esperavam deles, sendo residuais as respostas no sentido oposto.

Quadro 17. Distribuição das frequências para os acontecimentos stressantes

Durante a missão com que frequência...	Nunca	Quase nunca	Às vezes	Com alguma frequência	Com muita frequência	Média	DP
1. Se sentiu incomodado com a ocorrência de acontecimentos inesperados?	34	19	17	0	0	0,76	0,824
2. Teve a sensação de que não conseguia controlar as coisas mais importantes da sua vida?	50	16	3	1	0	0,36	0,638
3. Se sentiu nervoso e “stressado”?	26	31	12	1	0	0,83	0,761
4. Teve de lidar com pequenos acontecimentos irritantes?	10	27	24	9	0	1,46	0,896
5. Teve a sensação de que estava a lidar adequadamente com mudanças importantes na sua vida?	16	16	17	12	9	1,74	1,337
6. Teve confiança na sua capacidade para resolver os seus problemas pessoais?	2	3	4	12	49	3,47	0,989
7. Teve a sensação que as coisas estavam a correr a seu favor, que as coisas lhe estavam a correr bem?	1	2	8	20	39	3,34	0,899
8. Teve a sensação que não conseguia lidar/aguentar com todas as coisas que tinha que fazer?	54	13	2	1	0	0,33	0,756
9. Teve a sensação de conseguir controlar os acontecimentos irritantes da sua vida?	6	6	9	14	35	2,94	1,328
10. Teve a sensação que estava “em cima do acontecimento”, isto é, a conseguir controlar tudo o que tinha para fazer?	2	2	7	23	36	3,27	0,962
11. Sentiu irritação por não conseguir controlar as coisas que lhe aconteciam?	40	25	4	1	0	0,51	0,676

Analisando a perturbação psicológica (avaliada pelo GHQ-12) e dada a possibilidade de resposta a cada item ser mais complexa do que nos itens dos instrumentos anteriores, apresentamos cada item numa tabela individual. Começamos pela concentração (Quadro 18), onde podemos verificar que a maioria dos inquiridos não apresenta alterações (96%), sendo que 4% deles se sentem melhor do que antes, o que é confirmado pela média baixa de 0.96. Tal média confirma os dados e valores até agora obtidos, ou seja, os inquiridos parecem não se sentirem afectados, mantendo níveis óptimos de concentração.

Quadro 18. Distribuição para o item: **tem conseguido concentrar-se no que faz?**

Quadro 10: Distribuição para o item: tem conseguido controlar os seus gastos?			
		Frequência	Percentagem
Melhor do que antes		3	4,3
Como antes		67	95,7
Menos do que antes		0	0
Muito menos do que antes		0	0
Total		70	100,0
Mínimo	Máximo	Média	Desvio Padrão
1	1	0,96	0,204

A situação confirma-se em relação à perda de muitas horas de sono (Quadro 19), com uma percentagem elevada a referir negativamente essa perda (89%), ficando *ex aequo* as respostas de um pouco mais e mais do que antes (6%). A média continua baixa, com 0.17, confirmando as médias anteriores, transparecendo assim que não existem resquícios da missão.

Quadro 19. Distribuição para o item: **Tem perdido muitas horas de sono devido a preocupações?**

		Frequência	Percentagem
Não, de maneira nenhuma		62	88,6
Mais do que antes		4	5,7
Um pouco mais do que antes		4	5,7
Muito mais do que antes		0	0
Total		70	100,0

Mínimo	Máximo	Média	Desvio Padrão
1	2	0,17	0,510

Em relação à percepção de uma maior importância nos projectos em que se envolvem (Quadro 20), os inquiridos respondem na senda da normalidade, com 80% das respostas a referir essa perspectiva. O valor de 17% aponta para uma maior consciencialização dos intervenientes depois de terem estado num país onde o índice de

desenvolvimento humano (IDH) é dos mais baixos (UNDP, 2009). A média continua baixa, com 0.86.

Quadro 20. Distribuição para o item: **Tem sentido que tem um papel importante nas coisas em que se envolve?**

	Frequência	Percentagem
Mais do que antes	12	17,1
Como antes	56	80,0
Menos do que antes	2	2,9
Muito menos do que antes	0	0
Total	70	100,0
Mínimo	Máximo	Média
1	2	0,86
		Desvio Padrão
		0,427

Em relação ao item “Tem-se sentido capaz de tomar decisões” (Quadro 21), verificamos uma elevada percentagem de respostas que reportam a normalidade (86%). A média de 14% referente à maior capacidade de tomar decisões está em consonância com o quadro anterior. A média (0,86) continua baixa.

Quadro 21. Distribuição para o item: **Tem-se sentido capaz de tomar decisões?**

	Frequência	Percentagem
Mais do que antes	10	14,3
Como antes	60	85,7
Menos do que antes	0	0
Muito menos do que antes	0	0
Total	70	100,0
Mínimo	Máximo	Média
1	1	0,86
		Desvio Padrão
		0,352

Pela análise do Quadro 22 constatamos que a maioria das respostas se concentra claramente na opção negativa (79%). A resposta de que não sentem mais pressão do que antes da missão (17%) vem confirmar a tendência dos resultados de quadros anteriores, assim como a média baixa (0.26). Estes dados sugerem que a satisfação no trabalho se encontra associada a uma auto-estima positiva, funcionando como um importante e decisivo factor protector relativamente ao stress laboral, o que corrobora os estudos de diversos autores (Dick, 2000; Kohan & O’Connor, 2002; Martinova et al., 2002; Wolf & Finestone, 1986; Zhao, He & Lovrish, 2002).

Quadro 22. Distribuição para o item: **Tem-se sentido constantemente sob pressão?**

	Frequência	Percentagem
Não, de maneira nenhuma	55	78,6
Não mais do que antes	12	17,1
Um pouco mais do que antes	3	4,3
Muito mais do que antes	0	0
Total	70	100,0
Mínimo	Máximo	Média
1	2	0,26
		Desvio Padrão
		0,530

Em relação ao item “Tem sentido que não consegue ultrapassar as suas dificuldades” (Quadro 23), referente à exaustão emocional, é sintomática a concentração de respostas nas opções de resposta negativa (86% e 11%), reforçada pela média baixa de 0.17. Concluímos que, como temos vindo a verificar, a experiência na missão não acarretou dificuldades de maior, facto este que parece estar intrinsecamente ligado à predisposição mental prévia e ao enquadramento institucional durante toda a duração da missão.

Quadro 23. Distribuição para o item: **Tem sentido que não consegue ultrapassar as suas dificuldades?**

	Frequência	Percentagem
Não, de maneira nenhuma	60	85,7
Não mais do que antes	8	11,4
Um pouco mais do que antes	2	2,9
Muito mais do que antes	0	0
Total	70	100,0
Mínimo	Máximo	Média
1	2	0,17
		Desvio Padrão
		0,450

Quanto ao Quadro 24, verificamos que a resposta “Como antes” (86%) congrega a maioria das respostas, o que pode ser explicado pela aparente inocuidade da participação na missão. As respostas que remetem para a perda da alegria de viver são residuais. A elevada percentagem das duas respostas mais indicadas, mostra que os guardas não alteraram a sua rotina. A média continua baixa (0.91).

Quadro 24. Distribuição para o item: **Tem sentido prazer nas suas actividades diárias?**

	Frequência	Percentagem
Mais do que antes	8	11,4
Como antes	60	85,7
Menos do que antes	2	2,9
Muito menos do que antes	0	0
Total	70	100,0
Mínimo	Máximo	Média
1	2	0,91
		Desvio Padrão
		0,371

O item “Tem sido capaz de enfrentar os seus problemas” (Quadro 25) apresenta a mesma média da tabela anterior, sendo a resposta “Como antes” a que atinge a maior percentagem (91%) e a resposta “Mais do que antes”, com 9% revela a inexistência de factores inibidores nos participantes, o que acentua a adequabilidade das respostas dadas nos quadros anteriores.

Quadro 25. Distribuição para o item: **Tem sido capaz de enfrentar os seus problemas?**

	Frequência	Percentagem
Mais do que antes	6	8,6
Como antes	64	91,4
Menos do que antes	0	0
Muito menos do que antes	0	0
Total	70	100,0
Mínimo	Máximo	Média
1	1	0,91
		Desvio Padrão
		0,282

No Quadro 26 verificamos que os inquiridos, relativamente ao item em questão, respondem maioritariamente que não se sentem afectados (87%), sendo que 9% respondem que não sentem diferença alguma, sendo o valor das respostas positivas residual (4%). A média mantém os valores de quadros anteriores.

Quadro 26. Distribuição para o item: **Tem-se sentido triste ou deprimido?**

	Frequência	Percentagem
Não, de maneira nenhuma	61	87,1
Não mais do que antes	6	8,6
Um pouco mais do que antes	3	4,3
Muito mais do que antes	0	0
Total	70	100,0
Mínimo	Máximo	Média
1	2	0,17
		Desvio Padrão
		0,481

Seguidamente analisamos o item “Tem perdido a confiança em si próprio” (Quadro 27) e aqui a média é ainda mais baixa (0.01), sendo a mais baixa de todos os itens. A frequência das respostas negativas atinge o valor mais elevado (99%). Concluimos assim que a nossa amostra não se sente diminuída ou fragilizada nem que o tempo passado na missão os perturbou.

Quadro 27. Distribuição por item: **Tem perdido a confiança em si próprio?**

	Frequência	Percentagem
Não, de maneira nenhuma	69	98,6
Não mais do que antes	1	1,4
Um pouco mais do que antes	0	0
Muito mais do que antes	0	0
Total	70	100,0
Mínimo	Máximo	Média
1	1	0,01
		Desvio Padrão
		0,120

O Quadro 28 apresenta os resultados referentes ao item “Tem-se considerado uma pessoa sem valor”, onde verificamos que a maioria dos inquiridos respondeu negativamente (96%), confirmando os resultados de quadros anteriores. A média baixa (0.06) alinha igualmente pelos valores anteriormente obtidos.

Quadro 28. Distribuição por item: **Tem-se considerado uma pessoa sem valor?**

	Frequência	Percentagem
Não, de maneira nenhuma	67	95,7
Não mais do que antes	2	2,9
Um pouco mais do que antes	1	1,4
Muito mais do que antes	0	0
Total	70	100,0
Mínimo	Máximo	Média
1	2	0,06
		Desvio Padrão
		0,289

Continuando na dimensão “Realização Pessoal” constatámos que o Quadro 29 apresenta valores idênticos às tabelas anteriores, embora a resposta “como antes”, com 79%, seja ligeiramente inferior, sendo sintomático o valor de 20% na resposta “mais do que antes”. A média de 0.81 continua baixa e corrobora esta situação. Podemos concluir que o facto de participar numa missão torna os envolvidos mais motivados.

Quadro 29. Distribuição por item: **Apesar de tudo, tem-se sentido razoavelmente feliz?**

	Frequência	Percentagem
Mais do que antes	14	20,0
Como antes	55	78,6
Menos do que antes	1	1,4
Muito menos do que antes	0	0
Total	70	100,0

Mínimo	Máximo	Média	Desvio Padrão
1	2	0,81	0,427

Podemos sintetizar os resultados da análise anterior, apresentada item a item, observando as respectivas médias no Quadro 30. Assim, verificamos que os guardas da nossa amostra apresentam baixos níveis de exaustão emocional e que todos os itens da apresentam médias baixas, entre 0.01 e 0.96. Estes dados são concordantes com a teoria que afirma que os polícias tendem a experienciar altos níveis de realização pessoal em relação à participação nas missões e pouca perturbação psicológica (Grant & Terry, 2005; Surrador, 2006), aspecto confirmado em diversos trabalhos realizados sobre o stress percebido (Goldstein, 1968; Lester, 1983; Reiser, 1973).

Quadro 30. Médias obtidas no questionário de perturbação psicológica GHQ-12

Itens GHQ-12	Mínimo	Máximo	Média	Desvio Padrão
Tem conseguido concentrar-se no que faz?	1	1	0,96	0,204
Tem perdido muitas horas de sono devido a preocupações?	1	2	0,17	0,510
Tem sentido que tem um papel importante nas coisas em que se envolve?	1	2	0,86	0,427
Tem-se sentido capaz de tomar decisões?	1	1	0,86	0,352
Tem-se sentido constantemente sob pressão?	1	1	0,26	0,530
Tem sentido que não consegue ultrapassar as suas dificuldades?	1	2	0,17	0,450
Tem sentido prazer nas suas actividades diárias?	1	2	0,91	0,371
Tem sido capaz de enfrentar os seus problemas?	1	1	0,91	0,282
Tem-se sentido triste ou deprimido?	1	2	0,17	0,481
Tem perdido a confiança em si próprio?	1	1	0,01	0,120
Tem-se considerado uma pessoa sem valor?	1	2	0,06	0,289
Apesar de tudo tem-se sentido razoavelmente feliz?	1	2	0,81	0,427

Quanto ao facto de terem assistido a um acontecimento marcante (Quadro 31), é deveras interessante verificar que 61% dos inquiridos responde afirmativamente, sendo um dado relevante na comparação com a baixa prevalência de perturbações.

Quadro 31. Distribuição pelo item: **Assistiu a um acontecimento marcante**

	Frequência	Porcentagem
Sim	43	61,4
Não	27	38,6
Total	70	100,0

Quanto ao Quadro 32 é relevante a maioria dos inquiridos afirmar terem sido os atentados (7%) e mortes e agressões (31%) porquanto tais respostas foram prestadas por inquiridos que haviam regressado após os atentados contra o Presidente e o 1º Ministro de Timor-leste, ocorridos em 11 de Fevereiro de 2008. A alta percentagem de respostas negativas, confirma uma vez mais a elevada motivação e Procura de Sensações que actua como mecanismo de coping perante situações percebidas como perturbadoras. Torna-se deveras relevante analisar as questões que não foram muito valorizadas. Assim, verificamos que a alimentação não foi um problema porquanto o apoio logístico funcionou. A desorganização na atribuição de tarefas é referida insipidamente revelando que existiu um planeamento adequado. As más condições de salubridade foram contornadas pelo cumprimento de regras higiénico-sanitárias. A residual litigância pessoal, atendendo ao elevado número de militares que são destacados, parece-nos indicadora que existiu disciplina e muita entreaajuda.

Quadro 32. Distribuição por **tipo de acontecimento marcante**

Acontecimento	Frequência	Porcentagem
Acontecimentos durante as patrulhas	1	1,4
Alimentação desadequada	2	2,9
Desespero dos camaradas	2	2,9
Desorganização na atribuição das tarefas	1	1,4
Más condições de vida no País	2	2,9
Mau relacionamento com a hierarquia	2	2,9
Mau relacionamento inter-pessoal	1	1,4
Morte de familiares	1	1,4
Não especifica	1	1,4
Prefere não falar	1	1,4
Separação dos camaradas	1	1,4
Ter assistido a acidentes rodoviários	1	1,4
Ter assistido a atentados	5	7,1
Ter assistido a mortes/agressões	22	31,4
Não experienciou	27	38,6
Total	70	100,0

Relativamente ao momento em que o acontecimento marcante ocorreu (Quadro 33), a maioria dos inquiridos responde que foi a meio da missão, enquanto uma larga percentagem refere ter sido pouco tempo depois da missão começar, dados estes

explicados pela calendarização de chegada, repartida, dos contingentes, que após os atentados implicou um reforço dos mesmos.

Quadro 33. Distribuição por **momento da missão em que ocorreu o acontecimento marcante**

	Frequência	Porcentagem
Pouco depois da missão começar	16	22,9
Algures no meio do tempo da missão	22	31,4
Pouco antes da missão terminar	5	7,1
Não responde	27	38,6
Total	70	100,0

Pela análise do Quadro 34, verificamos que os inquiridos tiveram poucos acontecimentos que os marcassem negativamente, ressaltando os baixos níveis de stress e perturbação de stress pós-traumático. Dos inquiridos que referem ter vivido acontecimentos marcantes, constatamos que dos sintomas mais referidos, a amnésia relativamente ao trauma vivido, é aquela que apresenta mais respostas (9), bem como os sentimentos de evitamento dessas memórias traumatizantes (6) e a semelhança ou equiparação de atitudes próximas do factor traumatizante. Todos os itens apresentam diferenças significativas entre a resposta Sim e Não.

Quadro 34. Distribuição na Escala de Avaliação da Resposta ao Acontecimento Traumático - EARAT

	Sim	Não	Não responde	QQ	SIG
1. Tem tido muitos sonhos maus ou pesadelos repetidos acerca dessa experiência?	0	43	27	---	---
2. Tem tido pensamentos desagradáveis acerca dessa experiência mesmo quando não os quer ter (contra a sua vontade)?	1	42	27	39,093	0,000
3. Às vezes sente que essa experiência vai acontecer outra vez?	4	39	27	28,488	0,000
4. Fica muito nervoso ou estranho quando vê ou ouve alguma coisa parecida com essa experiência ou que o faz lembrar dela?	4	39	27	28,488	0,000
5. O seu corpo começa a transpirar e a tremer, e o seu coração bate mais depressa quando tem uma experiência parecida com o acontecimento descrito?	3	40	27	31,837	0,000
6. Tem tentado não ter pensamentos ou sentir coisas dessa experiência?	6	37	27	22,349	0,000
7. Tem tentado não fazer coisas que o fazem lembrar dessa experiência?	5	38	27	25,326	0,000
8. Não consegue lembrar-se de coisas importantes dessa experiência?	9	34	27	14,535	0,000
9. Desde que teve essa experiência tem sentido menos vontade de estar com os amigos, jogar ou fazer coisas que gostava de fazer anteriormente?	2	41	27	35,372	0,000
10. Desde essa experiência tem-se sentido estranho e diferente dos seus amigos, como se não se importasse com eles?	0	43	27	---	---
11. Por vezes sente-se tão triste que não consegue falar nem chorar?	0	43	27	---	---
12. Tem-se sentido incapaz de pensar no futuro?	1	42	27	39,093	0,000

Quadro 34. Distribuição na Escala de Avaliação da Resposta ao Acontecimento Traumático – EARAT (Conclusão)

	Sim	Não	Não responde	QQ	SIG
13. Tem dificuldade em adormecer ou em manter-se a dormir?	2	41	27	35,372	0,000
14. Sente irritabilidade ou sentimentos de raiva que não consegue controlar?	0	43	27	---	---
15. Não consegue prestar atenção, distrai-se com facilidade?	3	43	27	31,837	0,000
16. Está sempre alerta com medo de que aconteça alguma coisa?	2	41	27	53,372	0,000
17. Sente-se muito nervoso e assustado com barulhos fortes ou inesperados?	1	42	27	39,093	0,000
Mínimo e máximo da escala: 0-17	Mínimo 0	Máximo 7	Média 1,00	D. Padrão 1,718	

Tentando sintetizar os dados obtidos quanto ao traço “Procura de Sensações”, bem como quanto às desordens psicológicas e ao stress (Quadro 35), podemos verificar que os inquiridos apresentam valores de referência no traço de personalidade “Sensation Seeking”, que os motivou a aceitarem participar numa missão da qual não tinham experiência alguma, confirmando que estavam à procura de emoções e aventura. Os valores de stress percebido foram causados pelos atentados já referidos, não tendo tal facto afectado profundamente o moral dos inquiridos, que apresentaram uma opinião geral muito favorável sobre a sua prestação individual e sobre a missão, tendo revelado padrões de dificuldade normais, no regresso, como a dificuldade de retorno à rotina diária e a dificuldade de adaptação à família.

Quadro 35. Média por dimensão

Dimensão	N	Mínimo	Máximo	Média	Desvio Padrão
Procura de aventura e excitação	70	2	10	7,46	2,083
Procura de experiências	70	1	9	4,89	1,982
Desinibição	70	0	9	3,96	1,740
Intolerância ao aborrecimento	70	0	5	1,74	1,270
Total de sensation-seeking	70	6	31	18,04	5,106
Total de perturbação - GHQ-12	70	2	14	6,16	1,946
Total de trauma - EARAT	43	0	7	1,00	1,718
Total stress percebido - PSS	70	0	25	11,73	5,826

Por curiosidade, apresentamos a distribuição da pontuação obtida no total de perturbação psicológica (Quadro 36), verificando-se que poucos inquiridos estão abaixo dos 6 pontos e apenas alguns atingem os 14, apesar do máximo possível ser 36 pontos.

Quadro 36.Distribuição do total de perturbação psicológica – GHQ-12

Nº de pontos obtidos- 0-36	Frequência	Percentagem
2	1	1,4
3	2	2,9
4	5	7,1
5	13	18,6
6	33	47,1
7	5	7,1
8	7	10,0
11	2	2,9
13	1	1,4
14	1	1,4
Total	70	100

No que se refere à distribuição da pontuação obtida para o stress pós-traumático após terem assistido a um acontecimento negativo marcante (Quadro 37), constatamos que a pontuação variou de 0 a 7 com uma média de 4, podendo ir até 17 pontos.

Quadro 37.Distribuição do total de trauma - EARAT

Nº de pontos obtidos- 0-17	Frequência	Percentagem
0	28	40,0
1	4	5,7
2	3	4,3
3	4	5,7
4	1	1,4
5	2	2,9
7	1	1,4
Total viveram algo marcante	43	61,4
Não experienciou trauma	27	38,6
Total	70	100

Apresentamos ainda um quadro com valores de “Procura de Sensações” encontrados noutros estudos de Zuckerman (1994) ou efectuados em Portugal (Quadro 38). Verifica-se que a nossa amostra apresenta valores semelhantes aos polícias estudados por Mendes (2005) e por J. Oliveira (2008) e diferentes dos valores obtidos por M. Oliveira (2008) em médicos. Destaca-se o valor baixo obtido na intolerância ao aborrecimento, o que pode explicar a forte capacidade de resistência ao stress, mesmo após acontecimentos marcantes.

Quadro 38. Comparação com outros estudos de Procura de Sensações

		TAS	ES	DIS	BS	Total SS
Sexo masculino	Austrália	7,7 (DP 2,2)	6,1 (DP 2,2)	5,9 (DP 2,6)	4,2 (DP 2,3)	23,9 (DP 5,9)
	Canadá	7,8 (DP 2,0)	5,6 (DP 2,0)	5,8 (DP 2,5)	3,9 (DP 2,1)	23,1 (DP 5,6)
	Estados Unidos	7,7 (DP 2,2)	5,2 (DP 2,4)	6,5 (DP 2,6)	3,6 (DP 2,1)	23,0 (DP 5,6)
	Espanha	6,8 (DP 2,6)	5,7 (DP 2,1)	5,1 (DP 2,5)	3,6 (DP 2,3)	21,4 (DP 6,5)
Profissões	Montanhistas	8,3	7,7	6,0	3,7	25,7
	Canoístas	8,8	6,4	5,6	4,0	24,8
	Pára-quedistas	8,8	6,9	6,5	4,6	26,7
	Estudantes	7,8	5,4	5,4	3,5	22,1
	Recrutas	6,6	4,8	5,8	3,7	20,9
	Polícias (Mendes, 2005)	6,97 (DP 2,45)	4,08 (DP 1,71)	3,52 (DP 1,63)	2,15 (DP 1,44)	16,72 (DP 4,95)
	Polícias J. Oliveira 2008	6,48 (DP 2,56)	4,65 (DP 1,77)	3,85 (DP 1,71)	2,28 (DP 1,76)	17,26 (DP 5,33)
	Médicos M. Oliveira (2008)	4,91 (DP 2,85)	5,26 (DP 2,14)	3,08 (DP 2,25)	2,76 (DP 1,84)	16,01 (DP 6,73)
	Neste estudo	7,46 (DP 2,08)	4,89 (DP 1,98)	3,96 (DP 1,74)	1,74 (DP 1,27)	18,04 (DP 5,10)

Estes resultados confirmam os dados de Glicksohn e Bozna (2000) e de Goma-i-Freixanet et al., (2002), reforçando a ideia de que o polícia tende a procurar emoções e aventura, a assumir riscos de natureza prossocial, não manifestando desinibição e apresentando uma baixa susceptibilidade ao aborrecimento.

Por todo o exposto quanto aos resultados da Procura de Sensações, parecem confirmar-se as tendências globais de que os guardas da GNR tendem a estar inseridos no grupo padrão dos elementos policiais com valores na dimensão TAS e baixos na BS.

Apresentamos seguidamente uma breve análise correlacional.

2. Análise correlacional

Uma breve análise correlacional entre os valores totais obtidos por dimensão analisada (Quadro 39) revela que existe correlação interna nas dimensões da “Procura de Sensações”. Existe apenas correlação entre a dimensão procura de experiências e perturbação, o que se pode explicar pelo facto de ter existido um atentado. Sendo os inquiridos mais novos, estarão mais aptos a integrar uma força de desempenho exigente, com grandes expectativas e exigências físico-psicológicas e terem outras capacidades de coping. Podemos referir a aparente conformidade dos resultados, analisados na aplicação da escala SSS-V, com a pluralidade dos estudos com elementos policiais, o que lhes confere o traço de personalidade de seguidores de risco prossocial (Gomá-i-Freixanet, 2002), dado a sua escala dominante ser a de TAS e a de BS ser residual.

Quadro 39. Análise correlacional

		PROCURA DE AVENTURA E EXCITAÇÃO	PROCURA DE EXPERIÊNCIAS	DESINIBIÇÃO	INTOLERÂNCIA AO ABORRECIMENTO	TOTAL DE SENSATION- SEEKING	TOTAL PERTURBAÇÃO GHQ12	TOTAL TRAUMA EARAT (so 43 INQUIRIDOS)
PROCURA DE EXPERIÊNCIAS	R de Pearson Sig	,388(**) ,001						
DESINIBIÇÃO	R de Pearson Sig	,333(**) ,005	,473(**) ,000					
INTOLERÂNCIA AO ABORRECIMENTO	R de Pearson Sig	,292(*) ,014	,236(*) ,050	,349(**) ,003				
TOTAL DE SENSATION-SEEKING	R de Pearson Sig	,745(**) ,000	,767(**) ,000	,747(**) ,000	,578(**) ,000			
TOTAL PERTURBAÇÃO-GHQ12	R de Pearson Sig	-,075 ,536	,294(*) ,013	,100 ,408	-,095 ,435	,094 ,438		
TOTAL TRAUMA EARAT (so 43 INQUIRIDOS)	R de Pearson Sig	-,139 ,375	-,070 ,654	-,085 ,587	,000 1,000	-,109 ,488	,259 ,094	
TOTAL STRESS PSS	R de Pearson Sig	-,100 ,412	,011 ,927	,175 ,148	,081 ,508	,043 ,722	,032 ,793	,233 ,133

** p < 0.01 * p < 0.05

Através dos resultados obtidos podemos verificar que a Hipótese 1 foi verificada, pois os inquiridos apresentam alguma tendência para o traço de personalidade “Procura de Sensações”. Já a Hipótese 2 foi apenas parcialmente verificada, pois os inquiridos apresentam algum nível de stress, sobretudo após um acontecimento marcante. Contudo este não é compatível com stress pós-traumático nem com desordens psicológicas.

Terminada a apresentação dos resultados, efectuamos, seguidamente, algumas considerações finais sobre o trabalho efectuado.

CONCLUSÕES

Como inicialmente referimos, dado o escasso número de estudos empíricos sobre o tema que nos propusemos investigar, decidimos estudar a personalidade, mais concretamente do traço de personalidade da Procura de Sensações (*"sensation seeking"*) nos guardas da G.N.R, pertencentes à Unidade de Intervenção, que participaram nas missões de paz no território de Timor-leste. A escolha desta amostra vai de encontro ao reconhecimento de que os guardas da G.N.R que desempenham funções nessa Unidade denotam possuir características muito específicas de voluntariado, sendo a sua formação técnica virada para a resposta condicionada a tempos de reacção muito curtos, elevada pressão em contextos de controlo de distúrbios civis, alterações graves de ordem pública e missões de risco acrescido. Apesar de termos encontrado estudos sobre o stress neste tipo de população (mais frequentemente nas forças especiais) e alguns estudos que se relacionavam com a Procura de Sensações (Eaddy, 1997; Mendes, 2005; Oliveira, 2008) não encontramos estudos efectuados a elementos da G.N.R.

No enquadramento geopolítico das missões, verificamos que foram necessários dois conflitos mundializados, que com as suas consequências, quase marcaram o dia zero da humanidade (Morin, 1981), para que os Estados se apercebessem da realidade premente de um organismo supranacional, regulador da coexistência pacífica e da concertação entre Estados. Tendo em consideração o enquadramento usado na criação das operações da ONU, neste caso as de administração transitória, ou operações de construção de Estados, a ONU executou vários tipos de operações (UNDPKO, 1995). As chamadas operações tradicionais englobam as missões de observadores militares e as forças de manutenção de paz, pressupondo um acordo ou entendimento prévio entre as partes, pelo que as forças destacadas monitorizam o cessar-fogo estabelecido, impedindo, pela confiança instalada, retrocessos no processo de pacificação. A ampla aceitação destas operações, resulta do facto de "estas operações serem implementadas sem prejuízo dos direitos, reivindicações ou posições das partes no que diz respeito às questões substantivas em causa, que podem ser resolvidas apenas através de negociações" (UNDPKO, 1995, p.15).

O caso de Timor-leste, a par do Kosovo, constituiu um novo desafio à ONU, sendo necessário criar, do ponto zero, um aparelho de Estado onde o número de quadros era muito reduzido, num território devastado pelo fim da ocupação indonésia. O argumento humanitário foi então usado para a intervenção em Timor-leste e o convencionalizado princípio da não intervenção nos assuntos internos dos Estados, foi gradualmente mitigado pelo direito de ingerência (Santos, 2002). A percepção dos crimes que naquele território foram cometidos, bem como a afinidade com a história e uma população, que

apesar do abandono a que foi votada durante décadas, pese embora a ténue pressão diplomática que ia sendo feita, sempre se manteve fiel a Portugal, levaram-nos a experienciar, na primeira pessoa e enquanto elemento da G.N.R., vivências que em muito extravasaram o aspecto material que, inevitavelmente, estas missões proporcionam. Sobre este ponto, não podemos esquecer as sensações vividas, quando aportamos, pela primeira vez, no longínquo Timor. Nem sequer estava previsto, ao fazer este trabalho, poder comprovar que todos os sintomas aqui descritos, todos os motivos que potenciam a disponibilidade para integrar uma missão da ONU, todas as consequências que advém de não se estar suficientemente motivado, foram, sem o saber, vividos, ficando-se com a sensação de um “déjà-vu”. Por diversas vezes, constatamos que, em alguns dos guardas, que a título individual, foram destacados para os diversos distritos de Timor-leste, estiveram demasiadamente presentes as dificuldades da falta de comunicação com a família, a alimentação escassa, as infecções, os problemas gastrointestinais, as doenças endémicas como a malária e a encefalite japonesa, a tuberculose, os problemas de relacionamento interpessoal, o abdicar do espaço vital pela partilha, durante vários meses, de um quarto para três, a impotência de resolução de problemas, que por muito pequenos que nos pareçam, aqui, em casa, o são demasiado complicados, quando se está a 18 mil quilómetros. O consumo exagerado de bebidas alcoólicas, a irascibilidade, a alienação pura e dura, a frustração, eram mais do que usuais. O abandono prematuro da área da missão, era incomodamente, a única saída airosa. Mas nesta dicotomia de sensações boas e menos boas, existem algumas que são imperiosas de partilhar. Assim, trabalhar e conviver com pessoas de diversas nacionalidades, num espaço multicultural, onde, carinhosamente, se recebiam os “rookies” (novatos) com uma festa, usando géneros alimentares e música do país destes, bem como estar, inconscientemente perto da fauna terrestre e aquática tais como estar a menos de um metro de enormes crocodilos de água salgada, nadar perto de caravelas portuguesas (alforrecas cuja urticária resultante do contacto com as mesmas é extremamente dolorosa), das cobras de coral, das jibóias, das baleias e dos tubarões-martelo, ver tartarugas a desovar, ser brindado por um luminoso sorriso de uma criança, apreciar um nascer do Sol incomensuravelmente bonito, impossível de descrever, fazem todas, sem excepção, parte de um legado, que nunca se esquecerá.

Ao avançarmos neste nosso trabalho verificamos, em diversos estudos, que o traço de Procura de Sensações é um dos componentes da personalidade mais estudados nas últimas décadas. O constructo foi formulado por Zuckerman (1969, 1974, 1994, 2005) após um intenso período de pesquisa que começou com o interesse pelas variáveis que afectam as reacções a situações de privação sensorial. Este traço baseou-se então em pesquisas feitas por autores como Hebb (1955), Berlyne (1960, 1967) e Fiske e Maddi

(1961) que se dedicaram ao estudo dos níveis de estimulação, excitação e/ou activação, tendo constatado que um nível baixo de estimulação levava a a aumento da excitação e que um nível alto de estimulação conduzia à redução do estímulo. Relativamente a este traço, Eysenck (1957, 1967), sustenta que os extrovertidos, por necessitarem de elevados níveis de estimulação, que não é usualmente proporcionada por rotinas ambientais, tendem a ser os que mais procuram sensações. Já os introvertidos, inclinam-se para a redução de sensações, pelo que Farley (1976) constatou que aqueles que possuem um baixo nível de Procura de Sensações tendem a evitar a excitação excessiva, para assim reduzirem ou manterem um nível óptimo de funcionamento efectivo. Constatamos igualmente que nem só da socialização está a formação e manutenção do traço dependente, porquanto aqueles que obtêm valores elevados no traço de Procura de Sensações evidenciam baixos níveis de MAO (monoaminooxidase), mais especificamente do tipo B MAO, preferencialmente regulador da dopamina (Redmond & Murphy, 1975), o que tem vindo a ser associado com a hiperactividade, a sociabilidade e precisamente a Procura de Sensações (Zuckerman, Buchsbaum & Murphy, 1980).

Segundo Zuckerman (1994, 2005), o traço de Procura de Sensações está associado a uma alta reactividade dopaminérgica e a uma reactividade serotoninérgica e noradrenérgica mais baixa. Ebstein (2006) afirma que as vias dopaminérgicas funcionam como mediadoras dos comportamentos baseados no traço de Procura de Sensações, enquanto as vias serotoninérgicas inibem esses comportamentos, logo, a Procura de Sensações depende da reactividade relativa dos sistemas dopaminérgico e serotoninérgico, que agem segundo um princípio de inibição recíproca. No que diz respeito às influências genéticas e ambientais do traço, Ebstein e colaboradores (1996) descobriram que o gene para o receptor quatro da dopamina, denominado DRD4, se encontra associado com o traço de Procura de Sensações.

Os indivíduos com cotações elevadas no total da escala SSS-V (Sensation-Seeking Scale V, de Zuckerman, 1994) caracterizam-se geralmente pela busca activa de aventura, pela impulsividade e pela aversão à monotonia. Estudos relativos aos factores demográficos envolvidos no traço Procura de Sensações demonstram diferenças de género acentuadas, apresentado as mulheres valores significativamente mais baixos do que os homens na SSS, com uma maior discrepância na escala Desinibição (Ball, Farnhill & Wangeman, 1984; Kurtz & Zuckerman, 1978; Zuckerman, 1974, 1979, 1994; Zuckerman & Neeb, 1980). Este é um dos temas que gostávamos de abordar, procurando verificar se as mulheres que servem na G.N.R. em geral, e as que integram a Unidade de Intervenção, correspondem a estes padrões. O traço de Procura de Sensações apresenta igualmente correlações negativas com a idade, com o pico na fase

final da adolescência e declinando de forma estável e progressiva a partir daí, estando localizadas nas escalas de Procura de Emoção e Aventura e Desinibição as diferenças mais significativas (Blackburn, 1969; Zuckerman et al., 1978).

A relação do traço Procura de Sensações com a tendência de para correr riscos está devidamente comprovada (Eysenck & Eysenck, 1977; Zuckerman, 1983, 1984), não constituindo, contudo, a principal motivação do comportamento. O envolvimento em actividades de risco está associada a uma baixa experiência de medo e a uma correspondente baixa activação do sistema motivacional aversivo (Lissek et al., 2005). Zuckerman (1994), ao aprofundar este aspecto regulador da baixa ansiedade antecipatória na avaliação do risco, percebeu que quando o sujeito se coloca nas situações de risco e supera essas experiências, adquire uma percepção de domínio sobre as mesmas. O mesmo autor verificou que estes indivíduos têm maior tendência para procurar a novidade e as experiências intensas, bem como para aceitar a incerteza e o risco no seu quotidiano, oferecendo-se para participar em experiências pouco comuns tais como a hipnose, a experimentação de efeitos de drogas, a privação sensorial (Zuckerman, 2007), podendo-se assim concluir que o indivíduo que apresenta um traço de Procura de Sensações alto busca a variedade, novidade e a complexidade na estimulação (Zuckerman, 1979).

Também no campo do stress, diversos estudos (Carrol et al., 1982; Clark & Innes, 1983; Smith, Jonhson & Sarason, 1978) têm demonstrado que aqueles em que o traço de Procura de Sensações é mais elevado parecem evidenciar maior resiliência e capacidade de coping relativamente aos factores de stress.

Estudos sobre stress laboral demonstraram que os polícias desenvolviam quadros de perturbação, quer física, quer emocional, relacionados com o stress, em níveis superiores aos de outras profissões, bem como experienciavam maiores níveis de ansiedade no trabalho (Mann & Neece, 1990). Apurou-se igualmente que podem padecer de esgotamento, sendo afectados por *burnout* mercê do intenso envolvimento no ambiente de trabalho (Vaz Serra, 2002). O *burnout* apresenta-se, como já vimos, como um síndrome composto por várias dimensões (Pines, 199, cit. in Vaz Serra, 2002) e em que se verifica a exaustão física, emocional e mental, como resultado da submissão de forma prolongada a situações de desgaste emocional.

Baker (1999) considera que o reconhecimento do stress como inevitável após o cumprimento de uma missão de manutenção de paz, ajuda à antecipação das soluções para os problemas que vão enfrentar, o que nos alerta para a capital importância do treino antes da partida e da reflexão e acompanhamento depois do regresso.

Quanto aos traços básicos de personalidade dos agentes de autoridade, diversos estudos sugerem que a maior parte dos cidadãos que se candidatam à carreira policial o

fazem porque possuem o sentimento altruísta o próximo e porque estão atraídos por uma profissão que implica desafios e excitação (Arcuri, 1976; Lester, 1983; Reiser & Slater, 1988). No tocante aos factores ocupacionais, parece cada vez mais pertinente a ideia de que a socialização através da carreira exerce uma influência predominante na determinação do comportamento dos agentes de autoridade, a par do tipo de personalidade pré-existente (Niederhoffer, 1967; Worden, 1995).

É assim curioso verificar que no primeiro dia nas Academias de Polícia é habitualmente comunicado aos alunos que são únicos e diferentes dos demais cidadãos, cultivando-se mesmo alguma imunidade (Paton & Violanti, 1996). Estando presente a excitação e a aventura, os polícias poderão tornar-se assim viciados nessa excitação e dependentes, tanto física como socialmente, do papel de polícia, alterando a forma como interagem com o ambiente externo. Tornam-se naquilo que Gilmartin (1986, cit. in Violanti, 2003, p.67) designou por “Irmandade da Bioquímica”, que espelha a dependência fisiológica e social da excitação que o trabalho de polícia acarreta. Van der Kolk (1987, cit. in Violanti, 2003) constatou que, fisiologicamente, os polícias adaptam-se ao perigo, passando a encará-lo como viciante e paradoxalmente, em períodos calmos e serenos, tornam-se mais depressivos. Ficam igualmente mais desinteressados de tudo o que não se relacione com o trabalho de polícia e chegam a sentir dificuldades de adaptação no desempenho dos outros papéis sociais. Kohan e O’Connor (2002) afirmam, no seu estudo sobre satisfação profissional em polícias, que a profissão de polícia não é apenas uma profissão mas “um estilo de vida”.

Do ponto de vista individual, a personalidade pode apresentar tendência para a Procura de Sensações, optando por actividades de lazer em condições de risco ou numa actividade laboral que congregue essa mesma característica. Muitos dos trabalhadores com essa apetência crê-se que optarão por conteúdos funcionais de risco que denominaram de prossocial (aquele que é desenvolvido em favor e pró o outro, como bombeiros, enfermeiros, polícias) por contraponto ao anti-social (abordagem marginal porque o resultado comporta um prejuízo ou dano a terceiro), podendo, ainda assim, os executantes (incluindo os polícias) criar dependência pela agitação e perigo. Sobre uma associação de traços neste quadro de Procura de Sensações, Zuckerman (1994) realçou o facto de um valor alto no traço poder estar negativamente correlacionado com a satisfação no trabalho se ele for rotineiro, sendo possível concluir que a Procura de Sensações pode funcionar como factor protector quanto ao stress e exaustão emocional, mas quanto à satisfação no trabalho dependerá da forma e conteúdo da actividade (maior ou menor rotina de tarefas) em análise.

Neste trabalho interessava-nos verificar se o traço de Procura de Sensações tal como foi definido por Zuckerman (1994) existia nos guardas da Unidade de Intervenção

da G.N.R. Através dos nossos resultados verificámos na dimensão TAS, um menor número de itens com diferenças altamente significativas entre a resposta de tipo A e de tipo B (caracterizadoras do traço), pelo que se nos afigura ser claramente neste perfil que se enquadra a personalidade dos guardas inquiridos. Relativamente à dimensão ES não houve unanimidade, constatando-se que os participantes não parecem valorizar muito a Procura de Experiências. Já na dimensão DIS houve diferenças altamente significativas em todos os itens, mas obtendo-se um valor médio muito reduzido, podendo concluir-se que os inquiridos não parecem ser muito desinibidos, excepto no que respeita ao sexo. Finalmente, no que concerne à dimensão BS, houve dois itens onde não se obtiveram diferenças, sendo a dimensão onde a média é mais baixa, pelo que os inquiridos parecem tolerar bem o aborrecimento. De um modo geral, para a Procura de Sensações encontramos uma ligação sustentada com os resultados dos estudos internacionais, apresentando os nossos guardas valores de TAS elevados e aproximados aos valores de outros países (mas ligeiramente inferiores, excepto na Espanha sobre a qual temos uma média global superior). Analisados os dados coligidos quanto às dimensões da Procura de Sensações, ressalta claramente ser na dimensão TAS que existem diferenças estatisticamente significativas. É também na BS que estão não só os valores máximos mais baixos mas também as médias mais baixas em todos os grupos. Assim os guardas inquiridos têm resultados semelhantes aos referidos no enquadramento teórico deste estudo, apresentando elevada propensão para a Procura de Emoções e Aventura e elevada Tolerância ao Aborrecimento.

Tendo em consideração as hipóteses formuladas, através dos resultados obtidos podemos verificar que a Hipótese 1 foi confirmada, pois os inquiridos apresentam alguma tendência para o traço de personalidade “Procura de Sensações”. Já a Hipótese 2 foi apenas parcialmente verificada, pois os inquiridos apresentam algum nível de stress, sobretudo após um acontecimento marcante. No entanto este não é compatível com stress pós-traumático nem com desordens psicológicas. Concluímos assim, que os guardas da G.N.R. inquiridos apresentam um perfil de personalidade específico, manifestando a presença de traços de personalidade que lhes permitem gerir as situações de stress. O seu perfil de personalidade é semelhante aos que foram identificados por outros estudos (Barrick & Mount, 1991; Burbeck & Furnham, 1984; Goma-i-Freixanet & Wismeijer, 2002). Contudo, não podemos esquecer que o perfil de personalidade específico dos elementos policiais deve ser considerado em função da ligação entre aspectos disposicionais e socialização, ficando por vezes a dúvida se são os traços dominantes do guarda que se sente atraído por esta profissão, se é o processo de selecção da G.N.R. que valoriza este tipo de perfil de personalidade, ou se é o processo de aculturação que adequa, por causa-efeito, a personalidade do guarda à

cultura organizacional. Os traços de personalidade pré-existentes,, que dentro de certos parâmetros, são partilhados e assimilados pelos que pretendem candidatar-se às forças de segurança, parecem então ser modelados por uma onnipresente sub-cultura policial (Reiner, 2000; Waddington, 1999) e pelas imposições do sistema organizacional (Grant & Terry, 2005). Estão igualmente interrelacionadas com a especificidade dos métodos de treino e com as experiências que advêm do tipo de funções desempenhadas, marcando assim a personalidade dos elementos policiais (Lhuillier, 2006).

É importante frisar que este estudo exploratório foi efectuado apenas na Unidade de Intervenção da G.N.R. e não podemos generalizar os resultados encontrados, em virtude de existirem muitos outros guardas, que não pertencendo ao efectivo desta Unidade, também estiveram nas missões da ONU em Timor-leste. Outra das questões pendentes, remete-nos para o facto de os nossos dados se referirem exclusivamente ao género masculino. Vislumbra-se ser aliciante a realização deste estudo com o género feminino. Ficamos igualmente motivados para um futuro trabalho onde se apurasse quais as dimensões presentes no guardas, de diversas patentes, que estiveram, a título individual, no mesmo território e depois comparar os resultados com os deste trabalho. Também não nos devemos esquecer que as associações que verificamos neste trabalho são de natureza correlacional, não permitindo a inferência de relações causais. Em relação à G.N.R, o conhecimento sobre a personalidade do guarda pode ser útil nos processos de selecção, criando e desenvolvendo métodos mais eficazes para a escolha dos mais aptos, para a adequação a funções específicas ou para a optimização da formação. Estes conhecimentos podem igualmente ser relevantes em todas as situações de avaliação e intervenção relacionadas com incidentes traumáticos, com o stress ocupacional ou com eventuais situações de desenvolvimento de perturbações psicopatológicas. Pensamos ter contribuído para uma melhor identificação dos complexos factores que condicionam a personalidade dos guardas envolvidos em missões internacionais e enfatizar a utilidade deste tipo de investigações, nomeadamente no que diz respeito à adequação dos processos de selecção e formação dos guardas às funções e ao tipo de missão que efectuam.

BIBLIOGRAFIA

- Agra, C. (1990). Sujet autopoïétique et transgression. In P. Mardaga (Ed.), *Acteur social et délinquance – une grille de lecture du système de justice pénale* (pp. 415-426). Liège : Pierre Mardaga.
- Albuquerque, A. (1987). *Stress causas, prevenção e controlo*. Lisboa: Texto Editora.
- Albuquerque, A., Soares, C., Jesus, P. & Alves, C. (2003). Perturbação Pós-traumática do Stress: avaliação da taxa de ocorrência na população adulta portuguesa. *Acta Médica Portuguesa*, 16, 309-320.
- Aldwin, C. & Yancura, L. (2003). Coping and health: a comparison of the stress and trauma literatures. In P. Schnurr & B. Green (Ed.). *Trauma and health consequences of exposure to extreme stress* (pp. 99-125). Washington DC: American Psychological Association.
- Allan, A. & McFarlane, C. (2003). *Psychosocial Support of International Humanitarian Aid Workers*. Austrália: International Conflict Resolution Centre, University of Melbourne.
- Amaranto, E., Steinberg, J. Castellano, C. & Mitchell, R. (2003). Police stress intervention. *Brief Treatment and Crisis Intervention*, 3, 47-53.
- American Psychological Association (1980). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*. Washington, DC: American Psychological Association.
- American Psychiatric Association (1994). *Manual de Diagnóstico e Estatística das Perturbações Mentais*. Lisboa: Climepsi.
- American Psychiatric Association (2002). *DSM-IV-TR, Manual de Diagnóstico e Estatística das Perturbações Mentais*. Lisboa: Climepsi.
- Andrews, G., Hall, W., Teesson, M. & Henderson, S. (1999). *The mental health of Australians*. Canberra: Commonwealth Department of Health and Aged Care.
- Ângelo, V. (2005). Questões de Manutenção de Paz. In C. Branco & F.P. Garcia (Coord.), *Os Portugueses na ONU* (p. 415). Lisboa: Prefácio.
- Anshel, M., Robertson, M. & Caputi, P. (1997). Sources of acute stress and their appraisals and reappraisals among Australian Police as a function of previous experience. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*. 70, 337-356.
- Anunciação, C. (1996). Stress de Guerra. *Jornal do Exército*, 18-23.
- Arcuri, A. F. (1976). Police pride and self-esteem: indications of future occupational changes. *Journal of Police Science and Administration*, 4 (4), 295-305.
- Arnett, J.J. (1996). Sensation seeking, aggressiveness and adolescent reckless behaviour. *Personality and Individual Differences*, 20, 6, 693-702.

- Avia, M. D. (1997). Personality and positive emotions. *European Journal of Personality*, 11, 1, 35-56.
- Baker M. S. (1999). Preventing post-traumatic stress disorders in military medical personnel. *Military Medicine*, 262-264.
- Ball, I., L., Farnill, D. & Wangemen, J. F. (1984). Sex and age differences in sensation seeking: some national comparisons. *British Journal of Psychology*, 75, 2, 257-265.
- Ball, S. A. & Zuckerman, M. (1992). Sensation seeking and selective attention: Focused and divided attention on a dichotic listening task. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63, 5, 825-831.
- Banton, M.P. (1964). *The policemen in the community*. London: Tavistock.
- Barton, K., Blanchard, E. & Hickling, E. (1996). Antecedents and consequences of acute stress disorder among motor vehicle accident victims. *Behavior Research and Therapy*, 34, 805-813.
- Bartone, P., Adler, H. & Vaitkus, M. (1998). Dimensions of Psychological Stress in Peacekeeping Operations. *Military Medicine: an International Journal*, 163, 587-593.
- Barrick, M. R., & Mount, M. K. (1991). The Big Five personality dimensions and job performance: A meta-analysis. *Personnel Psychology*, 44, 1-26.
- Bayley, D. H. (1994). *Patterns of Policing: a comparative international analysis*. New Jersey: Rutgers University Press.
- Bechetel, P.,B. & Berning, A. (1991). The third-quarter phenomenon: do people experience discomfort after stress has passed? In A.A. Harrison, Y.A. Clearwater & C.P. Melay (Eds.), *From antarctica to outer space: life in isolation and confinement* (pp. 261-266). New York: Springer Verlag.
- Beehr, T-A, Ivanitskaya, L., Glaser, K., Enofeev, D. & Canali, K. (2004). *Working in a violent environment: the accuracy of police officers reports about shooting incidents* (pp. 139-157). Londres: John Wiley & Sons.
- Berdal, M. (2001). As operações de manutenção de paz das Nações Unidas e o uso da força: a impossibilidade de evitar decisões difíceis. *Nação e Defesa*, 9.
- Berlyne, D. E. (1960). *Conflict, arousal and curiosity*. New York: McGraw-Hill.
- Berlyne, D. E. (1967). Arousal and reinforcement. In D. Levine (Ed.), *Nebraska Symposium on Motivation*, vol. 15 (pp. 1-110). Lincoln: University of Nebraska Press.
- Biesner, R. J. & LaRocco, J. M. (1983). Personality characteristics of U.S. Navy divers. *Journal of Occupational Psychology*, 56, 4, 329-334.

- Blackburn, R. (1969). Sensation seeking, impulsivity and psychopathic personality. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 33, 5, 571-574.
- Blanchard, E. B. & Hickling, E. J. (1997). *After the crash: assessment and treatment of motor vehicle accident survivors*. Washington: American Psychological Association.
- Blankstein, K. R. (1975). The sensation seeker and anxiety reactivity: relationships between the sensation-seeking scales and the activity preference questionnaire. *Journal of Clinical Psychology*, 31, 4, 677-681.
- Blum, L. N. (2000). *Force under pressure: how cops live and why they die*. New York: Lantern Books.
- Bonifácio, P. (1991). *The psychological effects of police work*. New York: Plenum Press.
- Bonnaire, C., Bungener, C. & Varescon, I. (2006). Pathological gambling and sensation seeking – How do gamblers playing games of chance in cafés differ from those who bet on horses at the racetrack? *Addiction Research & Theory*, 14, 6, 619-629.
- Brahimi, L. Relatório, A/55/305-S/2000/809, *Comprehensive review of the whole question of peacekeeping operations in all their aspects*, The challenge of transitional civil administration, p. 13.
- Bramsen, I., Dirkzwager, M.A. & Van der Ploeg. (2000). Predeployment personality traits and exposure to trauma as predictors of posttraumatic symptoms: A prospective study of former peacekeepers. *American Journal of Psychiatry*, 157, 1115-1119.
- Branco, C. M. (2005). O Relatório Brahimi e as operações de paz da ONU no século XXI. In C. Branco & F.P. Garcia (Coord.), *Os Portugueses na ONU (p.135)*. Lisboa: Prefácio
- Brancroft, J., Janssen, E., Carnes, L., Goodrich, D., Strong, D. & Long, J. S. (2004). Sexual activity and risk taking in young heterosexual men: the relevance of sexual arousability, mood and sensation seeking. *Journal of Sex Research*, 41, 2, 181-192.
- Brocke, B., Beauducel, A., John, R., Debener, S. & Heilemann, H. (2000). Sensation seeking and effective disorders: Characteristics in the intensity dependence of acoustic evoked potentials. *Neuropsychobiology*, 24-30.
- Brough, P. (2004). Comparing the Influence of Traumatic and Organizational Stressors on the Psychological Health of Police, Fire, and Ambulance Officers. *International Journal of Stress Management*, 11, 3, 227-244.
- Brown, Jennifer M; Campbell & Elizabeth A. (1991). Stress among emergency services personnel: progress and problems. *Journal of the Society of Occupational Medicine*, 41, 4, 149-150.

- Bryman, A. & Cramer, D. (2003). *Análise de dados em ciências sociais, introdução às técnicas utilizando o SPSS para Windows*. Oeiras: Celta Editora.
- Bull, R., Bustin, B., Evans, P. & Gahagan, D. (1985). *Psychology for Police Officers*. Londres: John Wiley & Sons.
- Burbeck, E., & Furnham, A. (1984). Personality and police selection: Trait differences in successful and non-successful applicants to the metropolitan police. *Personality and Individual Differences*, 5, 257-263.
- Caldeira, M. (2004). *Confronto com a morte na actuação policial – estudo exploratório*. Dissertação de Licenciatura do Curso de Formação de Oficiais de Polícia. Lisboa: ISCPSI.
- Carrol, E. N., Zuckerman, M., & Vogel, W. H. (1982). A test of the optimal level of arousal theory of sensation seeking. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42, 572-575.
- Carver, C. S. & Scheir, M. F. (1994). Situational coping and coping dispositions in a stressful transaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66, 184-195.
- Cherniss, C. (1993). Role of professional self-efficacy in the etiology and amelioration of burnout. In W. Schaufeli, C. Maslach & T. Marek (Eds). *Professional burnout: recent developments in theory and research* (pp. 135-149). New York: Taylor & Francis.
- Chomsky, N. (2001). *O Novo Humanismo Militar – Lições do Kosovo*. Lisboa: Campo das Letras.
- Christensen, J. M. & Talbot, J. M. (1986). A review of the psychological aspects of space flight. *Aviation, Space and Environmental Medicine*, 57, 203-212.
- Clarke, A., & Innes, J. M. (1983). Sensation seeking motivation and social-support moderators of the life stress/illness relationship. Some contradictory and confirmatory evidence. *Personality and Individual Differences*, 4, 547-550.
- Cohen, S., Kamarck, T. & Mermelstein, R. (1983). A Global Measure of Perceived Stress. *Journal of Health and Social Behaviour*, 24, 4, 385-396.
- Committee on Space Biology and Medicine (1998). *A strategy for Research in Space Biology and Medicine in the Next Century*. Washington, DC: National Academy Press.
- Connors, M. M., Harrison, A. A. & Akins, F. R. (1985). *Living aloft: Human Requirements for Extended Spaceflight*. Washington, DC: NASA.
- Correia, J., Soczka, L. & Guerreiro, M. (1983). Aferição de uma escala de atitudes para avaliação de satisfação no trabalho. *Psicologia*, IV, 1/2, 103-122.
- Correia, P. (2004). *Manual de Geopolítica e Geoestratégia – Análise Geoestratégica de um Mundo em Conflito*. Coimbra: Quarteto Editora.

- Cozza, S. (2003). Psychiatric Treatment of Military Personnel. *Department of Veterans Affairs, National Center for PTSD*. Washington DC: Borden Institute.
- Cunha, P. (2004). *Prevenção e gestão de stress na Polícia de Segurança Pública: função de suporte social interno*. Dissertação de Licenciatura do Curso de Formação de Oficiais de Polícia. Lisboa: ISCPSI.
- Cunha Rodrigues, J. N. (1998). Para um novo conceito de Polícia. *Revista Portuguesa de Ciência Criminal*, 8, 399-408.
- Damásio, A. (2004). *O sentimento de si: o corpo, a emoção e a neurobiologia da consciência*. Mem Martins: Publicações Europa-América..
- Danielli, Y. (2002). *Sharing the front line and the back hills: International protectors and providers: Peacekeepers, humanitarian aid workers and the media in the midst of crisis*. Amityville, NY: Baywood Publishing.
- Daskalov, K., Marinov, I. & Stantchev, D. (2007). *Personality characteristics and mission perception as predictors of PTSD*. Sofia, Bulgaria: Center for military psychology and prevention.
- Deahl, M.P., Gillham, A.B., Thomas. J. & Searle, M. (1994). Psychological squeals following the Gulf War, factors associated with subsequent morbidity and the effectiveness of psychological debriefing. *American Journal of Psychiatry*, 80, 60-65.
- Deditius-Island, H. K., & Caruso, J. C. (2002). An examination of the reliability of scores from Zuckerman's sensation seeking scales, form V. *Educational and Psychological Measurement*, 62, 4, 728-734.
- Desrichard, O. & Denarié, V. (2005). Sensation Seeking and Negative Affectivity as Predictors of Risky Behaviors: a distinction between occasional versus frequent risk-taking. *Addictive Behaviors*, 30, 1449-1453.
- Dick, P. (2000). The social construction of the meaning of acute stressors: a qualitative study of the personal accounts of police officers using a stress counselling service. *Work of stress*, 14, 226-244.
- Donohew, L., Zimmerman, R., Cupp, P. S., Novak, S., Colonc, S. & Abell, R. (2000). Sensation seeking, impulsive decision-making, and risky sex: implications for risk-taking and design of interventions. *Personality and Individual Differences*, 28, 1079-1091.
- Dougall, A. & Baum, A. (2003). Psychoneuroimmunology and trauma. In, P. Schurr & B. Green (Eds.). *Trauma and health: Physical health consequences of exposure to extreme stress (pp. 129-155)*. Washington DC: American Psychological Association.

- Drodge P., Roy-Cyr. (2003). Police Peacekeeping: health risks and challenges in a post-conflict environment. *American Psychological Association*, 345-378.
- Duaux, E., Gorwood, P., Griffon, N., Bourdel, M-C., Sautel, F. & Sokoloff, P. (1998). Homozygosity at the dopamine D3 receptor gene is associated with opiate dependence. *Molecular Psychiatry*, 3, 4, 333-336.
- Eaddy, S. (1997). *Sensation seeking as it relates to burnout among emergency medical personnel: a state-wide study*. Texas: University of North Texas.
- Ehlers, A., Mayou, R. & Bryant. (1998), Psychological predictors of chronic posttraumatic stress disorder after motor vehicle accidents. *Journal of Abnormal Psychology*, 107, 508-519.
- Ekman, P. (1992). Are these basic emotions? *Psychological Review*, 99, 550-553.
- Elias, L. (2006). *A formação das polícias nos Estados pós-conflito. O caso de Timor-leste*. Lisboa: Ministério dos Negócios Estrangeiros.
- Escameia, P. (2001). *O que é a autodeterminação? Reflexões sobre Temas de Direito Internacional, Timor, a ONU e o Tribunal Penal Internacional*. Lisboa: ISCSP.
- Euwema, M., Kop, N. & Bakker, A. (2004). The behaviour of police officers in conflict situations: how burnout and reduced dominance contribute to better outcomes. *Work & Stress*, 8, 1, 23-38.
- Everitt, B.S. (1977). *The analysis of contingency tables*. London: Chapman and Hall.
- Eysenck, H.J. (1957). *The dynamics of anxiety and hysteria*. New York: Praeger.
- Eysenck, H.J. (1967). *The biological basis of personality*. Springfield, IL: Charles C. Thomas.
- Eysenck, S. B. & Eysenck, H. J. (1977). The place of Impulsiveness in a dimensional system of personality description. *British Journal of Social and Clinical Psychology*, 16, 57-68.
- Eysenck, S.B. & Zuckerman, M. (1978). The relationship between sensation-seeking and Eysenck's dimensions of personality. *British Journal of Psychology*, 69, 4, 483-487.
- Farley, F.H. (1976). Arousal and cognition: Creative performance, arousal and the stimulation-seeking motive. *Perceptual and Motor Skills*, 39, 703-708.
- Felitti, V. (2002). The relation between adverse childhood experiences and adult health: turning gold into lead. *The Permanent Journal*, 6, 6.
- Ferreira, M. S. A. P. (2005). *Construção de Estados, Administrações Internacionais da ONU*. Lisboa: Universidade Técnica de Lisboa.
- Fiske, D.W. & Maddi, S.R. (1961). *Functions of varied experience*. Homewood, IL: Dorsey Press.

- Figley, C. R. (1995). Compassion fatigue: toward a new understanding of the costs of caring. In B. H. Stamm (Ed.). *Secondary traumatic stress: self-care issues for clinicians, researchers, and educators* (pp.3-28). Lutherville, Maryland: Sidran Press.
- Fox, M. W. (1974). *Concepts in Ethology: animal and human behavior*. Minnesota: University of Minnesota USA.
- Franques, P., Auriacombe, M., Piquemal, E., Verger, M., Brisseau-Gimenez, S., Grabot, D. & Tignol, J. (2003). Sensation seeking as a common factor in opioid dependant subjects and high risk sport practising subjects. A cross sectional study, *Drug and Alcohol Dependence*, 69, 121-126.
- Fukuyama, F. (2006). *A Construção de Estados, Governação e Ordem Mundial no Séc. XXI*. Lisboa: Gradiva.
- Galvão Teles, M. (1999). As Nações Unidas e a questão de Timor-leste. *Política Internacional*, 20, 3, 177-191.
- Gellerman, J. J. (1963). *Motivation and Productivity*. New York: American Management Association.
- Gertil. (2002). *Atlas de Timor-leste*. Faculdade de Arquitectura: Universidade Técnica de Lisboa. LIDEL: Edições Técnicas.
- Gleditsch, K. (2004). A Revised List of Wars Between and Within Independent States, 1816-2002. *International Interactions*, 30.
- Glickson, J. & Bozna, M. (2000). Developing a personality profile of the bomb-disposal expert: the role of sensation seeking and field dependence-independence. *Personality and Individual Differences*, 28, 85-92.
- Goldberg, D. (1992). *General health Questionnaire (G.H.Q. – 12)*. Windsor: NFER-Nelson.
- Goldberger, L. & Brezuitz, S. (1993). *Handbook of Stress*. Theoretical and Clinical Aspects. Nova Iorque: Free Press.
- Goldstein, J. (1968). Police response to urban crisis. *Public Administration Review*, 28, 417-418.
- Goma, M., Perez, J. & Torrubia, R. (1988). Personality variables in antisocial and prosocial disinhibitory behavior. In T. Moffitt & S. Mednick, *Biological contributions to crime causation* (pp.211-22). Dordrecht: Martinus Nijhoff Publishers.
- Gomá-i-Freixanet, M. (1995). Prosocial and Antisocial aspects of personality. *Personality and Individual Differences*, 19, 2, 125-134.
- Gomá-i-Freixanet, M., Pérez, I., Ventura, S. & Vidal, J. (2001). Personalidad y conducta delictiva autoinformada en adultos jóvenes. *Psicothema*, 13, 2, 252-257.

- Gomá-i-Freixanet, M., Wisneijer, A. & Andreas, A.J. (2002). Applying personality theory to a group of police bodyguards: a physically risky prosocial prototype. *Psicothema*, 14, 2, 387-392.
- Grant, H. & Terry, K.J. (2005). *Law enforcement in the 21st Century*. Boston: Allyn and Bacon.
- Greller, M; Parsons, K.; Mitchell, D. (1992). Additive Effects and Beyond: Occupational Stressors and Social Buffers in a Police Organization. In L. Quick, L. Murphy & J. Hurrell (Eds.) *Stress & Well-Being at Work* (pp. 33-47). Washington: American Psychological Association.
- Gross, J. (1999). Emotion and Emotion Regulation. In L.A. (Pervin (Ed.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 525-552). New York: Guilford Press.
- Guedes, A. M. (2005). As guerras culturais, a soberania e a globalização: o choque das civilizações revisitado. *Lisboa*: Ministério dos Negócios Estrangeiros.
- Guéhenno, J.M. (2003). *The role of small nations and regional cooperation in peace operations*. Budapest : Workshop in Budapest.
- Gunderson, E. K. E. (1974). *Psychological studies in Antarctica*. Washington, DC: American Geophysical Union.
- Harland, D. (2005). *United Nations peacekeeping operations in post-conflict Timor-leste: accomplishments and lessons learned*. Dili: Workshop in Dili, timor-leste.
- Harleman, C. (2003). *An Introduction to the UN System: Orientation for Serving on a UN Field Mission*. New York: UNITAR POCI.
- Hebb, D. O. (1949). *The organization of behavior*. New York: Wiley.
- Heim, C. & Nemeroff, P. (2001). The role of childhood trauma in the neurobiology of mood and anxiety disorders: preclinical and clinical issues. *Society of Biological Psychiatry*. 49, 1023-1039.
- Hillgren, J.S. & Bond, R. B. (1975). Stress in law enforcement: Psychophysiological correlates and legal implications. *Journal of Forensic Psychology*, 7, 25-32.
- Hirschowitz, R. & Nell, V. (1983). The relationship between need for power and the life style of South African journalist. *Journal of Social Psychology*, 121, 2, 297-304.
- Hobfoll, S. & Vaux, A. (1993). Social Support: Social Resources and Social Context. In L.Goldberger & S.Breznitz (Eds). *Handbook of Stress, Theoretical and Clinical Aspects*. New York: Free Press.
- Homant, R. J. & Kennedy, D. B. (1993). Sensation seeking as a factor in police pursuit. *Criminal Justice and Behavior*, 20, 293-305.
- Homant, R. J. & Kennedy, D. B. & Howton, J. D. (1994). Risk taking and police pursuit. *The Journal of Social Psychology*, 134, 2, 213-225.

- Horta-Moreira, S. (2004). *Bombeiros e Episódios de Emergência Pré-Hospitalar: O Impacto da Exposição a Acontecimentos Traumáticos*. Dissertação de Mestrado. Braga: Universidade do Minho.
- Hourani, L.L. & Yuan, H. (1999). The mental health status of women in the Navy and Marine Corps: preliminary findings from the perception of wellness and readiness assessment. *USA: Military Medicine*, 164, 174-181.
- Hoyle, R. H., Stephenson, M. T., Palmgreen, P., Lorch, E. P. & Donohew, R. I. (2002). Reliability and validity of a brief measure of sensation Seeking. *Personality and Individual Differences*, 32, 401-414.
- Hull, G. (2001). Timor-leste, identidade, língua e política educacional. Lisboa: Instituto Camões.
- Hur, Y. & Bouchard, T. J., (1997). The genetic correlation between impulsivity and sensation seeking traits. *Behavior Genetics*, 27, 5, 455-463.
- Instituto de Altos Estudos Militares (2000). *As Forças de Polícia em Operações de Apoio à Paz* – ME 20-76-13.
- Izard, C. E. (1989). *Human Emotions*. New York: Plenum Press.
- Izard, C. E. (1991). *The psychology of emotions*. New York: Plenum Press.
- Jaycox, L. H. & Foa, E. B. (1998). Post-traumatic stress disorder. In A.S. Belleck & M. Hersen (Eds.). *Comprehensive Clinical Psychology*. New York: Elsevier Science.
- Jesuino, J.C. (1988). Liderança e Stress, Efeitos de Atenuação. *Psiquiatria Clínica*, 9, 4, 219-229.
- Jones, B. (2000). *The United Nations and Post Crisis Aid: Towards a More Political Economy*. New York: Michelsen Institute.
- Jonah, B., Thiessen, R. & Au-Yeung, E. (2001). Sensation-seeking, risky driving and behavioral adaptation. *Accident Analysis & Prevention*, 33, 5, 679-684.
- Kaestner, E., Rosen., L. & Appel, P. (1977). Patterns of drug abuse: relationships with ethnicity, sensation seeking and anxiety. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 45, 3, 462-468.
- Kanas, N. (1985). Psychological factors affecting simulated and actual space missions. *Aviation, Space and Environmental Medicine*, 56, 806-811.
- Kaplan, R. D. (2002). *Política Guerreira – do imobilismo das nações quando a democracia se instala*. Lisboa: Publicações Europa-América.
- Kiess, H. & Boolquiest, D. (1985). *Psychological research methods. A conceptual approach*. Boston: Allyn and Bacon.
- King, D. W., King, L. A., Foy, D. W., Keane, T. M. & Fairbank, J. A. (1999). Posttraumatic stress disorder in a national sample of female and male Vietnam veterans: risk

- factors, war-zone stressors, and resilience-recovery variables. *Journal of Abnormal Psychology*, 108, 164-170.
- Kircaldy, B, Cooper, C. L. & Ruffalo, P. (1995). Workstress and helath in a sample of U.S Police. *Psychological Reports*, 76, 700-702.
- Kish, G. B. & Donnenwerth, G. V. (1972). Sex differences in the correlates of stimulus seeking. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 38, 1, 42-49.
- Kohan, A. & O'Connor, B. (2002). Police officer job satisfaction in relation to mood, well-being and alcohol consumption. *The Journal of Psychology*, 136, 3, 307-318.
- Kurtz, J. P., & Zuckerman, M. (1978). Race and sex differences on the Sensation Seeking Scales. *Psychological Reports*, 43, 529-530.
- Kulka, R. A. (1988). Contractual report of findings from the National Veterans readjustment study. *Research Triangle Institute*, 23, 65-74.
- Langelaan, S., Bakker, A. B., Van Doornen, L. J. P. & Schaufeli., W. B. (2006). Burnout and work engagement: do individual differences make a difference? *Personality and Individual Differences*, 40, 521-532.
- Langewish, M. W. & Frisch, G. R. (1998). Gambling Behavior and Pathology in Relation to Impulsivity, Sensation Seeking, and Risky Behavior in Male College Students. *Journal of Gambling Studies*, 14, 3, 1-15.
- Lawrence, R.A. (1984). Police stress and personality factors: a conceptual model. *Journal of Criminal Justice*, 12, 247-263.
- Lazarus, R. S. (1993). Coping theory and research: past, present and future. *Psychosomatic Medicine*, 55, 234-247.
- Leiter, M. & Maslach, C. (1988). The impact of interpersonal environment on burnout services. *Journal of Organizational Behavior*, 9, 297-308.
- Lester, D. (1983). Why do people become police officers: a study of the reasons and their predictions of success. *Journal of Police Science and Administration*, II, 2, 170-174.
- Levenson, M. R. (1970). Risk taking and personality. *Journal of Personality & Social Psychology*, 58, 6, 1073-1080.
- Levin, J. (1987). *Estatística aplicada a ciências humanas*. São Paulo: Harbra.
- Lhuillier, D. (2006). *Les policiers au quotidien*. Paris : Éditions L'Harmattan.
- Lim, V. & Teo, T. (1998). Effects of individual characteristics on police officers work related attitudes. *Journal of Managerial Psychology*, 13, 5/6, 334-342.
- Lint, W. (2003). Keeping open windows: Police as access brokers. *The British Journal of Criminology*, 43, 2, 379-397.
- Litman, J.A & Spielberger, C. D. (2003). Measuring epistemic curiosity and its diversify and specific components. *Journal of Personality Assessment*, 80, 1, 75-86.

- Litz, A. P. (1997). A Posttraumatic stress disorder associated with peace-keeping duty in Somalia for U.S military personnel. *Army J. Psychiatry*, 1997, 178-184.
- Litz, B. T., King, L. A., King, D. W., Orsillo, S. M. & Friedman, M. J. (1997). Warriors as Peacekeepers: Features of the Somalia experience and PTSD. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 65, 6, 1001-1010.
- Lissek, S., Powers, A.S., McClure, E.B., Phelps, E.A. & Woldehawariat, G. (2005). Classical fear conditioning in the anxiety disorders: a meta-analysis. *Behavior Research Therapy*, 43, 1391-1424.
- Macdonald, C., Pereira, L. & Mirfin, P. (1998). Mental health, physical health and stressors reported by New Zealand defence force peacekeepers: a longitudinal study. *Military Medicine*, 163, 447-481.
- Magalhães, D. (1999). *Factores indutores de stress na actividade policial*. Dissertação de Licenciatura do Curso de Formação de Oficiais de Polícia. Lisboa: ISCPSI.
- Malone, D.M. (2004). *UN peacekeeping: lessons learned?* New York: Global Governance.
- Maniquet, X. (1994). *Les Énergies du Stress*. Paris: Robert Laffont.
- Mann, J. & Neece, J. (1990). Worker's compensation for Law Enforcement Related Post Traumatic Stress Disorder. *Behavioral Sciences and the Law*, 8, 447-456.
- Marcos, A. (1995). *Timor Timorense – com suas Línguas, Literaturas*. Lisboa: Colibri.
- Marmar, C.R, Weiss, D.S, Metzler, T.J, Ronfeldt, H.M. & Foreman, C. (1996). Stress responses of emergency services personnel to the Loma Prieta earthquake Interstate 880 freeway collapse and control traumatic incidents. *Journal of Traumatic Stress*, 9, 1, 63-85.
- Maroco, J. (2003). *Análise estatística com utilização do SPSS*. Lisboa: Sílabo.
- Marshall, R. (2003). Managing stress in deployed operations. In G. Kearney, M. Creamer, R. Marshall & A. Goynne (Eds.), *Military stress and performance: the Australian defence force experience* (pp.39-54). Melbourne: University Publishing.
- Martin, M. (1986). Individual differences in sensation seeking attentional ability. *Personality and Individual Differences*, 6, 5, 637-649.
- Martinova, T., Villeneuve, M., Strickland, L. & Matheson, K. (2002). Occupational role stress in the Canadian Forces: its association with individual and organizational well-being. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 34, 2, 111-121.
- Mashegoane, S., Moalusi, K. P., Ngoepe, M. A. & Peltzer, K. (2002). Sexual sensation seeking and risky sexual behavior among South African university students. *Social Behavior & Personality*, 30, 5, 475-484.

- Maslach, C. & Jackson, S.E. (1997). *MBI, inventário Burnout de Maslach, síndrome del "quemado" por estrés laboral asistencial*. Madrid: TEA Publicaciones de Psicología Aplicada.
- Matoso, J. (2001). *Sobre a identidade de Timor Lorosae*. Lisboa: Instituto Camões.
- McCrae, R. R. & Costa, P. T. (1999). A five-factor theory of personality. In, L. A. Pervin (Ed.) *Handbook of Personality: theory and research* (pp. 133-145). New York: The Guilford Press.
- McDowell, I. & Newell, C. (1996). *Measuring health: a guide to rating scales and questionnaires*. Oxford: Oxford University Press.
- McFarlane, A. & Girolamo, G. (1996). The nature of traumatic stressors and posttraumatic reactions. In B. van der Kolk, A. McFarlane & L. Weisaeth (Eds.), *Traumatic stress: the effects of overwhelming experience on mind, body and society* (pp.129-154). New York: the Guilford Press.
- McIntyre, T., McIntyre, S., Araújo-Soares, V., Figueiredo, M. & Johnston, D. (2000). Psychophysiological and psychosocial indicators of the efficacy of a stress management program for health professionals. European Academy of Occupational Health Psychology Conference Proceedings Series: *Who Publications*, 112-116.
- McNally, R., Bryant, R. & Ehlers, A. (2003). Does early psychological intervention promote recovery from posttraumatic stress? *Psychological Science in the Public Interest*, 4, 45-79.
- Medhurst, P. (2002). *Security for UN Peacekeepers*. New York: UNITAR POCI.
- Mellstrom, M., Gicala, G. A & Zuckerman, M. (1976). General versus specific trait anxiety measures in the prediction of fear of snakes, heights and darkness. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 44, 1, 83-91.
- Melo, B., Gomes, A.R. & Cruz, J. F. (1997). Stress Ocupacional em Profissionais da Saúde e do Ensino. *Psicologia: Teoria, Investigação e Prática*, 2, 52-72.
- Mendes, M. (2005). *Emoções no contexto de policiamento: medo, exaustão emocional e Procura de Sensações, um estudo comparativo na PSP do Porto*. Dissertação de Mestrado em Criminologia. Porto: FDUP.
- Mergl, R., Vogel, M., Prassl, A., Graf, B., Karner, M. & Mavrogiorgou, P. (2006). Facial expressions and personality: a kinematical investigation during an emotion induction experiment. *Neuropsychobiology*, 54, 2, 114-119.
- Mikkelsen, A. & Burke, R. (2004). Work family concerns of Norwegian Police Officers: Antecedents and Consequences. *International Journal of Stress Management*. 11, 4, 429-444.
- Mischel, W. (1981). *Introduction to personality*. New York: CBS College Publishing.

- Mitchell, S. H. (1999). Measures of impulsivity in cigarette smokers and non-smokers. *Psychopharmacology*, 146, 4, 455-464.
- Monteiro-Ferreira, J. (2003). Trauma e coping: natureza e curso de um processo. In M.G. Pereira & J. Monteiro-Ferreira (Coords.), *Stress traumático: Aspectos teóricos e Intervenção* (pp. 55-90). Lisboa: Climepsi.
- Moore, J. (1996). *The UN and Complex Emergencies*. Geneva: UNRISD.
- Moore, L. G. (1996). Creating a Vital, Burnout-Proof Practice. *Family Practice Management*, 10, 8, 51-54.
- Moreira, A. (1976). *O Drama de Timor, Relatório da ONU sobre a Descolonização*, Publicação do Departamento de Assuntos Políticos, Administração Fiduciária e Descolonização da ONU. Lisboa: Editorial Intervenção.
- Moreira, A. (1999). *Teoria das Relações Internacionais*. Coimbra: Almedina.
- Moreira, M.I. (2008). *Traços de Personalidade em Estudantes do Ensino Superior: a relação entre a Procura de Sensações de Zuckerman e as dimensões da personalidade de Eysenck*. Dissertação de Mestrado Integrado em Psicologia. Porto: F.P.C.E.U.P.
- Morin, E. (1981). *As grandes questões do nosso tempo*. Lisboa: Editorial Notícias.
- Mota Cardoso, R., Araújo, A., Ramos, R.C., Gonçalves, G. & Ramos, M. (2002). *O stress nos professores portugueses: estudo IPSSO 2000*. Porto: Porto Editora.
- Mortensen, E. L., Jensen, H. H., Sanders, S. A. & Reinish, J. M. (2006). Association between volume of alcohol consumption and social status, intelligence and personality in a sample of young adult Danes. *Scandinavian Journal of Psychology*, 47, 5, 387-398.
- Murphy, L., Hurrell, J., Sauter, S. & Keita, G. (1995). *Job Stress Interventions*. Washington: American Psychological Association.
- Murray, D. M. (2003). *Living on the edge: Sensation seeking and extreme sports participation*. USA: The University of Connecticut.
- Musolino, R. F. & Hershenson, B. D. (1977). Avocational sensation-seeking in high and low risk-taking occupations. *Journal of Vocation Behavior*, 10, 3, 358-365.
- Nelson, P. D. (1964). Similarities and differences among leaders and followers. *Journal of Social Psychology*, 63, 161-167.
- Nicholas, J. M. & Penwell, L. W. (1995). A proposed profile of the effective leader in human spaceflight based on findings from analogue environments. *Aviation, Space and Environmental Medicine*, 66, 63-72.
- Niederhoffer, A. (1967). *Behind the shield: the police in urban society*. Garden City, NY: Anchor Books.

- O'Brien, L.S. (1994). What will be the psychiatric consequences of the war in Bosnia? A bad war from the psychiatric view, leading to hidden pathology. London: *British Journal of Psychiatry*, 164, 443-447.
- Oliveira, J.P.T.G. (2008). *Traços de personalidade de elementos das Forças de Segurança: um estudo comparativo na PSP de Lisboa*. Dissertação de Doutoramento em Psicologia. Porto: F.P.C.E.U.P.
- Oliveira, M.Q. (2008). *Burnout e emoções: Estudo exploratório em médicos de um Hospital do Porto*. Dissertação de Mestrado em Psicologia da Saúde. Porto: F.P.C.E.U.P.
- Palinkas, L. A. & Browner, D. (1995). Effects of prolonged isolation in extreme environments on stress, coping and depression. *Journal of Applied Social Psychology*, 25, 557-576.
- Palinkas, L. A., Glogower, F., Dembert, M., Hansen, K. & Smullen, R. (2001). Psychiatric morbidity after extended isolation and confinement in an extreme environment: the Antarctic-Space Analog Program. *Proceedings, Bioastronautics Investigators Workshop*. Galveston.
- Palinkas, L. A., Gunderson, E. K. E., Holland, A. W., Miller, C. & Johnson, J. C. (2000). Predictors of behavior and performance in extreme environments: the Antarctic Space Analogue Program. *Aviation, Space, and Environmental Medicine*, 71, 619-625.
- Parent, E. C. & Newman, D. L. (1999). The role of sensation-seeking in alcohol use and risk-taking behavior among college women. *Journal of Alcohol and Drug Education*, 44, 2, 12-28.
- Parke, A., Griffiths, M. & Irwing, P. (2004). Personality traits in pathological gambling: Sensation seeking, deferment of gratification and competitiveness as risk factors. *Addiction Research & Theory*, 12, 3, 201-212.
- Paton, D. & Violanti, J. (1996). *Traumatic stress in critical occupations: Recognition, consequences, and treatment*. Springfield, USA: Charles C. Thomas.
- Pereira, A. G. & Quadros, F. (2000). *Manual de Direito Internacional Público*. Coimbra: Almedina.
- Pereira, A. & Matos, V. (2005, Outubro/Dezembro). Stress. *Revista da Guarda Nacional Republicana*, 68, 41-45.
- Pereira, C.S. (2001). *Os novos Muros da Europa – a Expansão da NATO e as Oportunidades Perdidas do Pós-guerra Fria*. Lisboa: Edições Cotovia.
- Pereira, M.G. & Monteiro-Ferreira, J. (2003). *Stress traumático: aspectos teóricos e intervenção*. Lisboa: Climepsi.

- Pereira, O.G., & Jesuíno, J. C. (1982). *Decreasing, damaging effects of stress-bound situations: towards a new model of leadership under stress*. Lisboa: Universidade Nova de Lisboa.
- Pern, J. (2000). *Traumatic Stress Disorders: a classification with implications for prevention and management*. *Military Medicine*, 434-440
- Pestana, M. & Gageiro, J., (2003). *Análise de dados para ciências sociais: a complementaridade do SPSS*. Lisboa: Edições Sílabo.
- Pires, T., S., F. (2005). *Perturbação de stress pós-traumático em vítimas de acidentes rodoviários*. Dissertação de Mestrado em Psicologia. Braga: Universidade do Minho.
- Prenzler, T. (1997). Is there a Police Culture? *Australian Journal of Public Administration*, 56, 4, 47-58.
- Queirós, C. (1997). *Emoções e comportamento desviante, um estudo na perspectiva da personalidade como sistema auto-organizador*. Dissertação de Doutoramento em Psicologia. Porto: F.P.C.E.U.P.
- Quick, J., Murphy, L. & Hurrell, J. (1992). *Stress & Well-Being at Work*. Washington: American Psychological Association.
- Quivy, R. & Campenhoudt, L. (1988). *Manual de Investigação em Ciências Sociais*. Lisboa: Gradiva.
- Rainey, D.W & Amunategui, F. (1992). Sensation Seeking and competitive trait anxiety among college rodeo athletes. *Journal of Sport Behavior*, 15, 4, 307-318.
- Ramos, M. (2001). *Desafiar o desafio: prevenção do stress no trabalho*. Lisboa: Editora RH.
- Redmond, D. E., & Murphy, D. L. (1975). Behavior correlates of Platelet Monoamine Oxidase (MAO) activity in Rhesus monkeys. *Psychosomatic Medicine*, 3, 80.
- Reio, T.J. & Sanders-Reio, J. (2006). *Sensation seeking as an inhibitor of job performance*. USA: University of Louisville.
- Reiner, R. (2000). *The Oxford handbook of criminology*. Oxford: Oxford University Press.
- Reiser, M. (1973). *Practical psychology for police officers*. Springfield: Charles C. Thomas.
- Reiser, M., & Slater, H. R. (1988). A comparative study of factors influencing police recruitment. *Journal of Police Science and Administration*, 16, 168-176.
- Rémond, R. (1994). *Introdução à História do Nosso Tempo, do antigo regime aos nossos dias*. Lisboa: Gradiva.
- Resick, P. (2000). *Stress and Trauma*. USA: Psychology Press.
- Ridgeway, D & Hare, R. D. (1981). Sensation seeking and psychophysiological responses to auditory stimulation. *Psychophysiology*, 18, 6, 613-618.

- Ridgeway, D. & Russell, J. A. (1980). Reliability and validity of the sensation seeking scale: Psychometric problems in form V. *Journal of consulting and Clinical Psychology*, 48, 5, 662-664.
- Rikhye, I. J. (1974). *The Thin Blue Line: International Pacekeeping and its Future*. Yale: Yale University.
- Rimmö, P.A. & Äberg, L. (1999). On the distinction between violations and errors: sensation seeking associations. *Transportation Research Part*, 2, 151-166.
- Roberti, J. W., Fox, D.J. & Tunick, R.H. (2003). Alternative personality variables and the relationship to Holland's personality types in college students. *Journal of Career assessment*, 11, 3, 308-327.
- Rodrigues, C. (1992). *O que é que tem sido a Psicologia*. Porto: Contraponto.
- Rodrigues, C. & Pina-Cabral, J. (1985). *Motivação, conceito, aspectos fundamentalmente inatos*. Porto: Contraponto.
- Rosebush, P.A. (1998). Psychological intervention with the military personnel in Rwanda. USA: *Military Medicine*, 163, 559-563.
- Rosenbloom, T. (2006). Sensation-seeking and pedestrian crossing compliance. *Social Behavior and Personality*, 34, 2, 113-122.
- Rossier, V., Bolognini, M., Plancherel, B. & Halfon, O. (2000). Sensation seeking : A personality trait characteristic of adolescent girls and young women with eating disorders. *European Eating Disorders Review*, 8, 3, 245-252.
- Rowland, G. L., Franken, R. E. & Harrison, K. (1986). Sensation seeking and participation in sporting activities. *Journal of Sport Psychology*, 8, 3, 212-220.
- Salomé, J. & Potié, C. (2000). *Ousar ser feliz no trabalho*. Lisboa: Esquilo.
- Sandal, G. M., Vaernes, R. & Ursin, H. (1995). Interpersonal relations during simulated space missions. *Aviation, Space and Environmental Medicine*, 66, 227-234.
- Santos, E. R., Costa, A. A. & Loureiro, R. G. (1998). Desemprego: o problema e perspectivas de intervenção num contexto de educação de carreiras. *Cadernos de Consulta Psicológica*, 13/14, 61-65.
- Santos, V. M. (2002). *Conhecimento e mudança, para uma Epistemologia da Globalização*. Lisboa: ISCSP.
- Scanff, C. & Taugis, J. (2002). Stress Management for Police Special Forces. *Journal of Applied Sport Psychology*, 14, 330-343.
- Scanlon, L. (1996). *Operational Stress*. Ottawa: National Defense Headquarters.
- Schaufeli, W. & Peters, M. (2000). Job Stress and Burnout Among Correctional Officers: A Literature Review. *International Journal of Stress Management*, 7, 1, 19-48.
- Schaufeli, W., Maslach, C. & Marek, T. (1993). *Professional burnout: recent developments in theory and research*. New York: Taylor & Francis.

- Scourfield, J., Stevens, D.E. & Merikangas, K. R. (1996). Substance abuse, comorbidity, and sensation seeking: Gender differences. *Comprehensive Psychiatry*, 37, 6, 384-392.
- Shalev, A. (1996). Stress versus traumatic stress from acute homeostatic reactions to chronic psychopathology. In B. van der Kolk, A. McFarlane & L. Weisaeth, *Traumatic stress: the effects of overwhelming experience on mind, body and society* (pp. 77-101). New York: The Guilford Press.
- Sheik, M., Gutierrez, M.I., Bolton, P., Spiegel, P., Thieren, M. & Burnham, G. (2000). Deaths among humanitarian workers. *British Medical Journal*, 321, 166-168.
- Shigemura, J. & Nomura, S. (2002). *Mental health issues of peacekeeping workers*. Saitama, Japan: National Defence Medical College.
- Silva, A. (2002). *Um estudo exploratório do stress ocupacional em ambientes profissionais na área da Justiça: um processo de objectivar o stress no trabalho*. Dissertação de Mestrado em Medicina Legal. Porto: I.C.B.A.S.
- Singer, J. (1984). *The Human Personality*. San Diego: Harcourt Brace Jovanovich Publishers
- Smith, R.E., Johnson, J. H. & Sarason, I.G. (1978). Life change, the sensation seeking motive and psychological distress. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 46. 348-349.
- Soares, P. (2005, Julho/Setembro). Presença da Guarda em Missões de Manutenção e Apoio à Paz. *Revista da G.N.R - Pela Lei Pela Grei*, 44-47.
- Solomon, Z. (2001). The Impact of Posttraumatic Stress Disorder in Military Situations. *Journal of Clinical Psychiatry*, 11-15.
- Sousa, X. (2005). O Exército e as operações de paz da ONU. Lições aprendidas. In C. Branco & F.P. Garcia (Coord.). *Os Portugueses na ONU*. (pp.197-205). Lisboa: Prefácio.
- Stephenson, M. T., Hoyle, R. H., Palmgreen, P. & Slater, M. D. (2003). Brief measures of sensation seeking for screening and large-scale surveys. *Drug and Alcohol Dependence*, 72, 279-286.
- Strongman, K. (1987). *The psychology of emotion*. New York: John Wiley & Sons.
- Surrador (2006). *Portuguese Armed Forces in the International Security and Assistance Force in Afghanistan: Psychological Support for the Command of Kabul International Airport*. In *Human Dimensions in Military Operations* (pp.1-14). Lisboa: Portuguese Air Force Psychology Centre.
- Symmonds, M. (1972). Policemen and police work: a psychodynamic understanding: *American Journal of Psychoanalysis*, 32, 163-169.

- Terry, W. C. (1985). Police stress as a professional self-image. *Journal of Criminal Justice*, 13, 501-512.
- Tillman, J., Nash, M. & Lerner, P. (1994). Does trauma cause dissociative pathology? In S. Lyn & J. Rhue. *Dissociation: clinical and theoretical perspectives* (pp.395-414). New York: The Guilford Press.
- Troisi, J. D., Christopher, A. N. & Marek, P. (2006). Materialism and money spending disposition as predictors of economic and personality variables. *North American Journal of Psychology*, 8, 3, 421-436.
- United Nations (1995). *United Nations Civilian Police Handbook*. New York: United Nations Department of Public Information.
- United Nations (1990). *The Blue Helmets: a review of United Nations Peacekeeping, 1985-1990*. New York: United Nations Department of Public Information.
- United Nations Department of Peacekeeping Operations (1994). *General guidelines for peacekeeping operations*. New York: United Nations Department of Public Information.
- United Nations Department of Peacekeeping Operations (1995). *UN Stress Management Booklet*. New York: United Nations Department of Public Information.
- Ursano, R., Fullerton, C., Epstein, R. & Crowley, B. (1999). Peritraumatic dissociation and posttraumatic stress disorder following motor vehicle accidents. *The American Journal of Psychiatry*, 156, 1808-1810.
- Vala, J., Pereira, B. & Catarro, M.H. (1983). Dimensões das motivações para o trabalho: um estudo empírico. *Psicologia IV*, 3 / 4, 251-261.
- Valentine, P. (2003). Trauma: definição, diagnóstico, efeitos e prevalência. In M. G. Pereira & J. Monteiro-Ferreira (Coords.). *Stress traumático: aspectos teóricos e intervenção*. Lisboa: Climepsi.
- Van Vianen, A. E. M., Feiji, J. A. & Krausz, M. (2003). Personality factors and adult attachment affecting job mobility. *International Journal of Selection and Assessment*, 11, 4, 253-264.
- Vara, N. (2007). *Burnout e satisfação no trabalho em bombeiros que trabalham na área da emergência pré-hospitalar*. Dissertação de Mestrado em Psicologia da Saúde. Porto: F.P.C.E.U.P.
- Vaz Serra, A. (1988). Um estudo sobre coping. *Psiquiatria Clínica*, 9, 4.
- Vaz Serra, A. (2002). *O stress na vida de todos os dias*. Coimbra: Gráfica de Coimbra.
- Vaz Serra, A. (2003). *O distúrbio de stress pós-traumático*. Coimbra: Gráfica de Coimbra.
- Viana, V.R. (2002). *Segurança Colectiva – a ONU e as Operações de Apoio à Paz*. Lisboa: Edições Cosmos, Instituto de Defesa Nacional.
- Violanti, J. M. (1996). *Police suicide: epidemic in blue*. Springfield: Charles C. Thomas

- Violanti, J. M. (1997). Suicide and the Police role: a Psychological Model. *Policing Bradford*, 20, 4, 698.
- Violanti, J. M. (2003). Suicide and the police culture. In D. Hackett & J. Violanti (Eds.) *Police Suicide: tactics for prevention and intervention..* Springfield: Charles c. Thomas Publisher.
- Waddington, P. (1999). *Policing citizens: authority and rights*. London: UCL Press.
- Weisaeth L. (1979). Psychiatric Disease and Stress Among U.N Soldiers in South Lebanon. *Foursuarets Saniet*, Oslo, 35-41.
- Whissell, R., W., & Bigelow, B., J. (2003). The speeding attitude scale and the role of sensation seeking in profiling young drivers at risk. *Risk analysis*, 23, 4, 811-820.
- Wilkinson, P., Rinaldo, R. (1995). *Principles for the Conduct of Peace Support Operations* (PSO). New York: United Nations Institute for Training and Research.
- Woodhouse, T. & Duffey, T. (2000). *Peacekeeping and International Conflict Resolution*. New York: United Nations Institute for Training and Research.
- Worden, R. E. (1995). Police officers belief systems: A framework for analysis. *American Journal of Police*, 14, 49-81.
- Wolf, S. G. & Finestone, A. J. (Eds.). (1986). *Occupational stress: Health and performance at work*. Littleton, MA: PSG.
- Zhao, F., He, N. & Lovrich, N. (2002). Predicting five dimensions of police officer stress: looking more deeply into organizational settings for sources of police stress. *Police Quarterly*, 5, 43-62.
- Zakahari, N. (2005). Wots" next – the War on terror syndrome: stress, traumatic brain injury, and limited resources combine to make veteran reintegration more challenging than ever. *Military Medicine*, 3, 164-178.
- Zaleski, Z. (1984). Sensation seeking and risk taking behavior. *Personality and Individual Differences*, 5, 5, 607-608.
- Zuckerman, M. (1969). Theoretical formulations. In J. P. Zubek (Ed.), *Sensory deprivation: fifteen years of research* (pp. 407-432). New York:
- Zuckerman, M. (1974). The sensation seeking motive. In B. A Maher (Ed.), *Progress in experimental personality research*, vol. 7 (pp. 79-148). New York: Academic Press.
- Zuckerman, M. (1979). *Sensation seeking: beyond the optimal level of arousal*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Zuckerman, M. (1983). Sensation Seeking: a biosocial dimension of personality. In A. Gale & J. Edwards (Eds.). *Psychological Correlation of Human Behavior: Vol. 3. Individual differences* (pp.99-115). New York: Academic Press.

- Zuckerman, M. (1984). Sensation Seeking: A comparative approach to a human trait. *Behavioral and Brain Sciences*, 7, 413-471.
- Zuckerman, M. (1990). The Psychophysiology of Sensation Seeking. *Journal of Personality*, 58, 313-341.
- Zuckerman, M. (1994). *Behavioral expressions and biosocial bases of sensation seeking*. New York: Cambridge University Press.
- Zuckerman, M. (2000). Are you a risk taker? *Psychology Today*, 1-5.
- Zuckerman, M. (2003). Biological bases of personality. In T. Millon & M. J. Lerner (Eds.). *Handbook of Psychology, vol. 5, Personality and Social Psychology*. Hoboken, NJ: John Wiley & Sons, Inc.
- Zuckerman, M. (2004). The shaping of personality: Genes, environments and chance encounters. *Journal of Personality Assessment*, 82, 1, 11-22.
- Zuckerman, M. (2005). *Psychobiology of personality (2nd Edition, revised and updated)*. New York: Cambridge University Press.
- Zuckerman, M. (2007). *Sensation seeking and risky behavior*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Zuckerman, M., Bone, R. N., Neary, R., Mangelsdorf, D. & Brutsman, B. (1972). What is the sensation seeker? Personality trait and experience correlates of the Sensation Seeking Scales. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 39, 2, 308-321.
- Zuckerman, M., Bushbaun, M. S. & Murphy, D. L. (1980). Sensation Seeking and its biological correlates. *Psychological bulletin*, 88, 187-214.
- Zuckerman, M., Eysenck, S. B. & Eysenck, H. J. (1978). Sensation seeking in England and America: Cross-cultural, age, and sex comparisons. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 46, 1, 139-149.
- Zuckerman, M., Kuhlman, D. M. & Camac, C. (1988). What lies beyond E and N? Factor analyses of scales believed to measure basic dimensions of personality. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 1, 96-107.
- Zuckerman, M., Tushup, R & Finner, S. (1976). Sexual attitudes and experience: Attitude and personality correlates and changes produced by a course in sexuality. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 44, 1, 7-19.

Documentos electrónicos:

- Bjork-Akesson. (1990). *Behavioral expressions and biosocial bases of sensation seeking*,
acedido em 1/09/2008 de <http://books.google.pt/books>.
- Bolton, E. (2004). *Traumatic stress and Peacekeepers*. National Center for Post-Traumatic Stress Disorder, acedido em 11/9/2007, de http://www.ncptsd.org/facts/specific/fs_peacekeepers.html
- Brett, T. & Litz. M. (1996). The psychological demands of peacekeeping from military personnel. *National Center for PTSD Clinical Quarterly*, acedido em 28/04/2008, de <http://books.google.pt/books>.
- Constituição da República Portuguesa, VI Revisão Constitucional, (2004), acedido em 11/03/2007, de http://www.parlamento.pt/const_leg/crp_port.
- Grinblatt, M. & Keloharju, M. (2005). *Sensation Seeking, Overconfidence, and Trading Activity*. Presentation at the University of Texas, acedido em 23/10/2008, de <http://www.mcombs.utexas.edu/dept/finance/seminars/2005/Sensation%20seeking%20Nov%2014%20for%20Texas.pdf>.
- Hillen, G. (1998). Blue Helmets, the strategy of UN military operations, *A Review of Peace Operations*, acedido em 21/12/2003, de <http://ipi.sspp.kcl.ac.uk/index.html>.
- Rothmann, S. & Rensburg, P. (2001). *Psychological strengths, coping and suicide ideation in the South African Police in the North West Province*, acedido em 02/06/2007, de http://www.workwellness.co.za/Pages/Papers/Paper4_2001.pdf.
- United Nations Development Program (2009). *Human Development, a statistical update 2008*, acedido em 20/03/2009, de <http://hdr.undp.org/en/statistics/data>.
- Wienecke, A. (1999). *The role of the Police Subculture in the police suicide epidemic*, acedido em 10/07/2007 de <http://www.word-warrior.net/policesuicide.html>.
- http://www.copenhagenconsensus.com/files/filer/CC/Papers/Conflicts_230404.pdf,
acedido em 12/12/2005
- http://www.copenhagenconsensus.com/files/files/cc/papers/conflicts_230404.pdf, acedido em 27/08/2006.
- <http://globalpolicy.igc.org/security/peacekpg/data/pcekprs1.html>, acedido em 23/01/2003
- <http://www.un.org/Depts/dpko/dpko/index.asp>, acedido em 14/09/ 2005.
- <http://www.un.org/aboutun/unhistory>, acedido em 30/11/2005.
- <http://www.un.org/peace/etimor/UntaetB.htm>, acedido em 22/Maio/2008.

ANEXO - QUESTIONÁRIO

Este questionário é realizado no âmbito de um projecto de Mestrado¹⁰ em Medicina Legal, a decorrer no Instituto de Ciências Biomédicas Abel Salazar (Universidade do Porto), tendo como objectivo conhecer traços de personalidade e estados emocionais de elementos envolvidos em missões de paz em Timor-Leste.

O questionário é anónimo, não devendo por isso colocar a sua identificação em nenhuma das folhas nem assinar o questionário.

Não existem respostas certas ou erradas. Por isso lhe solicitamos que responda de forma espontânea e sincera a todas as questões. Na maioria das questões terá apenas de assinalar **com uma cruz** a sua opção de resposta.

Obrigado pela sua colaboração.

Grupo I

1. Idade: _____

2. Estado civil

- | | |
|--------------------------|-------------------------------------|
| ☐ | Solteiro |
| ☐ | Casado ou a viver em união de facto |
| ☐ | Divorciado, separado |
| ☐ | Viúvo |

3. Durante quanto tempo esteve em missão em Timor-Leste? _____

4. Há quanto tempo regressou dessa missão? _____

5. Cumpriu a missão até ao fim?

- | | |
|--------------------------|--|
| ☐ | Sim |
| ☐ | Não. Porque razão regressou mais cedo? _____ |

6. Razões que o motivaram a aceitar ir em missão

- | | |
|--------------------------|---|
| ☐ | Vontade de ter novas experiências |
| ☐ | Conseguir ter um melhor salário |
| ☐ | Mudar de funções ou de serviço |
| ☐ | Afastar-se de problemas no serviço |
| ☐ | Afastar-se de problemas na família |
| ☐ | Motivos humanitários ou altruístas |
| ☐ | Valorização pessoal ou técnico-profissional |
| ☐ | Outra razão. Qual? _____ |

¹⁰ Versão para investigação construída por A. Pereira Melo & C. Queirós (2008).

7. Relativamente à sua missão, diria que: (escolha apenas uma opção)

☐	Gostou e vai tentar regressar ao mesmo país logo que tenha oportunidade
☐	Gostou mas preferia ir para outro país
☐	Gostou mas não tenciona ir para outra missão
☐	Não gostou mas não se importava de ir para outro país
☐	Não gostou mas não se arrepende de ter ido
☐	Não gostou e arrepende-se de ter ido
☐	Outra: _____

8. Para além desta missão, em quantas outras missões internacionais já esteve? _____

9. Indique resumidamente as principais dificuldades que sentiu ao voltar da missão:

Grupo II

As questões seguintes tentam caracterizar a personalidade¹¹. Cada uma das questões apresentadas contém duas opções de resposta: A e B. Indique qual das opções descreve melhor os seus gostos ou o modo como se sente, assinalando com uma cruz a sua resposta na letra A ou na letra B.

1.

A
B

 Gosto de festas desinibidas e loucas.

B
A

 Prefiro festas sossegadas e onde se pode ter uma boa conversa.
2.

A
B

 Há alguns filmes que gosto de ver mais do que uma vez.

B
A

 Não tenho paciência para ver um filme que já tenha visto antes.
3.

A
B

 Penso com frequência que gostaria de ser um alpinista.

B
A

 Não consigo compreender as pessoas que arriscam as suas vidas a escalar montanhas.
4.

A
B

 Não gosto de nenhum cheiro corporal.

B
A

 Gosto de alguns cheiros do corpo humano.
5.

A
B

 Aborreço-me de ver sempre as mesmas caras.

B
A

 Gosto da familiaridade confortável dos amigos de todos os dias.
6.

A
B

 Gosto de explorar sozinho uma cidade desconhecida ou zonas de uma cidade, ainda que me possa perder.

B
A

 Prefiro a ajuda de um guia quando estou num local que não conheço bem.
7.

A
B

 Não gosto das pessoas que fazem ou dizem coisas só para chocar ou incomodar os outros.

B
A

 Quando se consegue prever quase tudo o que alguém fará ou dirá, essa pessoa deve ser aborrecida.
8.

A
B

 Normalmente não gosto de um filme em que possa prever o que se irá passar.

B
A

 Não me importo de ver um filme em que possa prever o que vai acontecer.
9.

A
B

 Já experimentei drogas ilícitas ou gostaria de o fazer.

B
A

 Nunca seria capaz de experimentar drogas ilícitas.
10.

A
B

 Não gostaria de experimentar qualquer substância que possa produzir em mim efeitos estranhos ou perigosos.

B
A

 Gostaria de experimentar algumas das substâncias que produzem alucinações.
11.

A
B

 Uma pessoa sensata evita actividades perigosas.

B
A

 Por vezes gosto de fazer coisas um pouco arriscadas.
12.

A
B

 Não gosto da companhia de pessoas desinibidas e livres quanto ao sexo.

B
A

 Gosto da companhia de pessoas desinibidas e livres quanto ao sexo.
13.

A
B

 As substâncias estimulantes incomodam-me.

B
A

 Gosto de ficar “pedrado” de vez em quando, bebendo álcool ou consumindo drogas.
14.

A
B

 Gosto de experimentar comidas que nunca provei.

B
A

 Peço pratos com os quais estou familiarizado, de modo a evitar decepções ou desilusões.
15.

A
B

 Gosto de ver vídeos caseiros ou slides de viagens.

B
A

 Ver vídeos caseiros ou slides de viagens de alguém aborrece-me muito.
16.

A
B

 Gostaria de praticar esqui aquático.

B
A

 Não gostaria de praticar esqui aquático.

¹¹ Traduzido e adaptado de SSS-V de Zuckerman (1994) por Mendes (2005).

17.

A
B

 Gostaria de experimentar fazer surf.
Não gostaria de experimentar fazer surf.
18.

A
B

 Gostaria de fazer uma viagem sem planos pré-definidos ou horários.
Quando viajo gosto de planejar os locais e horários cuidadosamente.
19.

A
B

 Prefiro ter como amigos pessoas do tipo “terra a terra”
Gostaria de fazer amigos em grupos invulgares como artistas, punks ou hippies.
20.

A
B

 Não gostaria de aprender a pilotar um avião.
Gostaria de aprender a pilotar um avião.
21.

A
B

 Prefiro a superfície da água às suas profundezas.
Gostaria de fazer mergulho sub-aquático.
22.

A
B

 Gostaria de conhecer pessoas que são homossexuais (homens ou mulheres).
Afasto-me de qualquer pessoa que suspeite ser homossexual.
23.

A
B

 Gostaria de experimentar saltar de pára-quedas.
Nunca gostaria de experimentar saltar de um avião, com ou sem pára-quedas.
24.

A
B

 Prefiro amigos que sejam excitantemente imprevisíveis.
Prefiro amigos fiáveis e previsíveis.
25.

A
B

 Não estou interessado em fazer experiências só para experimentar.
Gosto de experiências e sensações novas e excitantes, mesmo que sejam um pouco assustadoras, pouco convencionais ou ilegais.
26.

A
B

 A essência de uma obra de arte está na sua clareza, simetria de formas e harmonia das cores.
Encontro frequentemente a beleza nas cores chocantes e formas irregulares das pinturas modernas.
27.

A
B

 Gosto de passar algum tempo nas proximidades de minha casa.
Fico irritado se tenho de me limitar a passear nas proximidades de casa.
28.

A
B

 Gosto de mergulhar da prancha mais alta.
Não gosto da sensação de estar na prancha mais alta, nem me aproximo dela.
29.

A
B

 Gosto de sair com pessoas que sejam fisicamente excitantes.
Gosto de sair com pessoas que partilhem os meus valores.
30.

A
B

 Beber muito normalmente estraga uma festa porque algumas pessoas tornam-se ruidosas e violentas.
Manter os copos cheios é a razão do sucesso de uma festa.
31.

A
B

 O pior defeito social é ser rude.
O pior defeito social é ser aborrecido.
32.

A
B

 As pessoas deveriam ter alguma experiência sexual antes do casamento.
É preferível um casal começar a sua experiência sexual após o casamento.
33.

A
B

 Mesmo que tivesse dinheiro, não me preocuparia em me juntar a pessoas ricas e famosas do jet-set.
Consigo imaginar-me numa vida de prazer pelo mundo fora com pessoas ricas e famosas do jet-set.
34.

A
B

 Gosto de pessoas brincalhonas e espirituosas, mesmo que por vezes insultem os outros.
Não gosto de pessoas que se divertem na expectativa de ferir os sentimentos dos outros.
35.

A
B

 Existem demasiadas cenas de sexo nos filmes.
Gosto de ver muitas das cenas de sexo nos filmes.

36.

A
B

 Sinto-me melhor depois de beber uns copos.

B

 Algo está mal nas pessoas que precisam de álcool para se sentirem bem.
37.

A
B

 As pessoas deviam vestir-se de acordo com padrões de bom gosto, estilo e perfeição.

B

 As pessoas devem vestir-se de acordo com o seu próprio gosto, mesmo que o resultado seja por vezes estranho.
38.

A
B

 Fazer longas viagens em barcos pequenos é imprudente.

B

 Gostaria de fazer uma longa viagem num barco pequeno desde que ele navegasse bem.
39.

A
B

 Não tenho paciência para pessoas estúpidas ou aborrecidas.

B

 Encontro algo interessante em quase todas as pessoas com quem converso.
40.

A
B

 Esquiar numa montanha com um grande declive é uma boa maneira de acabar de muletas.

B

 Gostaria de experimentar a sensação de esquiar muito depressa numa montanha com um grande declive.

Grupo III

As questões seguintes referem-se ao seu estado de saúde¹² depois de ter regressado da missão. Cada questão deverá ser respondida comparando o momento actual com o momento antes de ir em missão (quando exercia funções regulares, não devendo considerar o momento de preparação da partida).

1. Tem conseguido concentrar-se no que faz?

- Melhor do que antes

 Como antes

 Menos do que antes

 Muito menos do que antes

2. Tem perdido muitas horas de sono devido a preocupações?

- Não, de maneira nenhuma

 Mais do que antes

 Um pouco mais do que antes

 Muito mais do que antes

3. Tem sentido que tem um papel importante nas coisas em que se envolve?

- Mais do que antes

 Como antes

 Menos do que antes

 Muito menos do que antes

4. Tem-se sentido capaz de tomar decisões?

- Mais do que antes

 Como antes

 Menos do que antes

 Muito menos do que antes

¹² Adaptado de GHQ-12 (Goldberg, 1979; McIntyre, McIntyre & Redondo, 1999; Pires, 2005)

5. Tem-se sentido constantemente sob pressão?

- ☐ Não, de maneira nenhuma
- ☐ Não mais do que antes
- ☐ Um pouco mais do que antes
- ☐ Muito mais do que antes

6. Tem sentido que não consegue ultrapassar as suas dificuldades?

- ☐ Não, de maneira nenhuma
- ☐ Não mais do que antes
- ☐ Um pouco mais do que antes
- ☐ Muito mais do que antes

7. Tem sentido prazer nas suas actividades diárias?

- | | |
|--------------------------|--------------------------|
| ☐ | Mais do que antes |
| ☐ | Como antes |
| ☐ | Menos do que antes |
| ☐ | Muito menos do que antes |

8. Tem sido capaz de enfrentar os seus problemas?

- ☐ Mais do que antes
- ☐ Como antes
- ☐ Menos do que antes
- ☐ Muito menos do que antes

9. Tem-se sentido triste ou deprimido?

- ☐ Não, de maneira nenhuma
- ☐ Não mais do que antes
- ☐ Um pouco mais do que antes
- ☐ Muito mais do que antes

10. Tem perdido a confiança em si próprio?

- ☐ Não, de maneira nenhuma
- ☐ Não mais do que antes
- ☐ Um pouco mais do que antes
- ☐ Muito mais do que antes

11. Tem-se considerado uma pessoa sem valor?

- ☐ Não, de maneira nenhuma
- ☐ Não mais do que antes
- ☐ Um pouco mais do que antes
- ☐ Muito mais do que antes

12. Apesar de tudo, tem-se sentido razoavelmente feliz?

- ☐ Mais do que antes
- ☐ Como antes
- ☐ Menos do que antes
- ☐ Muito menos do que antes

Grupo IV

1. Tente recordar-se do seu trabalho durante a missão e responda em função do que sentiu nesse período¹³. Assinale com uma cruz a alternativa que melhor corresponde ao seu caso pessoal. A melhor maneira é responder de forma rápida, sem pensar mais na resposta.

	Nunca	Quase nunca	Às vezes	Com alguma frequência	Com muita frequência
1. Durante a missão, com que frequência se sentiu incomodado com a ocorrência de acontecimentos inesperados?					
2. Durante a missão, com que frequência teve a sensação de que não conseguia controlar as coisas mais importantes da sua vida?					
3. Durante a missão, com que frequência se sentiu nervoso e “stressado”?					
4. Durante a missão, com que frequência teve de lidar com pequenos acontecimentos irritantes?					
5. Durante a missão, com que frequência teve a sensação de que estava a lidar adequadamente com mudanças importantes na sua vida?					
6. Durante a missão, com que frequência teve confiança na sua capacidade para resolver os seus problemas pessoais?					
7. Durante a missão, com que frequência teve a sensação que as coisas estavam a correr a seu favor, que as coisas lhe estavam a correr bem?					
8. Durante a missão, com que frequência teve a sensação que não conseguia lidar/aguentar com todas as coisas que tinha que fazer?					
9. Durante a missão, com que frequência teve a sensação de conseguir controlar os acontecimentos irritantes da sua vida?					
10. Durante a missão, com que frequência teve a sensação que estava “em cima do acontecimento”, isto é, a conseguir controlar tudo o que tinha para fazer?					
11. Durante a missão, com que frequência sentiu irritação por não conseguir controlar as coisas que lhe aconteciam?					
12. Durante a missão, com que frequência deu por si a pensar acerca das coisas que tem que conseguir fazer?					
13. Durante a missão, com que frequência conseguiu controlar a forma como passa/ocupa o seu tempo?					
14. Durante a missão, com que frequência sentiu que as dificuldades se estavam a acumular de tal modo que não as conseguia resolver?					

¹³ Adaptado de PSS (Cohen, Kamarck & Mermelstein, 1983; Mota Cardoso et al., 2002)

2. Durante a sua missão experienciou ou assistiu a algum acontecimento particularmente marcante (ex: morte de alguém, acidente, agressões, etc), que considere negativo e que ainda hoje recorde?

- ☐ Não, não ocorreu nada que me tenha marcado negativamente
☐ Sim

2.1. Se respondeu sim, descreva de forma resumida esse acontecimento. Se respondeu não, descreva de forma resumida o acontecimento que mais negativamente o marcou na missão:

2.2. Em que momento da sua missão ocorreu o acontecimento que descreveu?

- ☐ Pouco depois da missão começar
☐ Algures no meio do tempo da missão
☐ Pouco antes da missão terminar

3. Relativamente a esse acontecimento, indique¹⁴:

	Sim	Não
1. Tem tido muitos sonhos maus ou pesadelos repetidos acerca dessa experiência?		
2. Tem tido pensamentos desagradáveis acerca dessa experiência mesmo quando não os quer ter (contra a sua vontade)?		
3. Às vezes sente que essa experiência vai acontecer outra vez?		
4. Fica muito nervoso ou estranho quando vê ou ouve alguma coisa parecida com essa experiência ou que o faz lembrar dela?		
5. O seu corpo começa a transpirar e a tremer, e o seu coração bate mais depressa quanto tem uma experiência parecida com o acontecimento descrito?		
6. Tem tentado não ter pensamentos ou sentir coisas dessa experiência?		
7. Tem tentado não fazer coisas que o fazem lembrar dessa experiência?		
8. Não consegue lembrar-se de coisas importantes dessa experiência?		
9. Desde que teve essa experiência tem sentido menos vontade de estar com os amigos, jogar ou fazer coisas que gostava de fazer anteriormente?		
10. Desde essa experiência tem-se sentido estranho e diferente dos seus amigos, como se não se importasse com eles?		
11. Por vezes sente-se tão triste que não consegue falar nem chorar?		
12. Tem-se sentido incapaz de pensar no futuro?		
13. Tem dificuldade em adormecer ou em manter-se a dormir?		
14. Sente irritabilidade ou sentimentos de raiva que não consegue controlar?		
15. Não consegue prestar atenção, distrai-se com facilidade?		
16. Está sempre alerta com medo de que aconteça alguma coisa?		
17. Sente-se muito nervoso e assustado com barulhos fortes ou inesperados?		

¹⁴ Adaptado de EARAT (McIntyre, 1997; Pires, 2005).