

Manuscrito: Área de Avaliação Psicológica

Construção do Teste de Habilidade Experiencial (THE): Evidências Iniciais de Validade e  
Confiabilidade.

Construction of the Experiencing Ability Test: Exploratory Evidences of Validity and  
Reliability.

## Resumo

O estudo relata evidências iniciais à validade e confiabilidade do THE. Fizeram parte da pesquisa 118 pessoas residentes em Minas Gerais, entre sete e 87 anos, com escolaridade em nível fundamental (32,90%), médio (19,00%) e superior (48,10%). Desses, 55,10% são do sexo feminino e 11,90% praticantes de meditação ou psicoterapeutas. Uma análise fatorial exploratória apresentou solução unidimensional com cargas acima de 0,89 e alfa de Cronbach de 0,90. A correlação inter-juízes dos escores produzidos variou entre 0,69 e 0,89. Houve diferenças de desempenho estatisticamente significativas nas variáveis: sexo, escolaridade, idade e experiência em vivência de processos internos. São discutidas implicações dos resultados para a psicologia clínica e a mensuração de habilidades experienciais.

Palavras-chave: Experienciação; níveis experienciais; escala de experienciação; validade; Gendlin.

## Abstract

The study reports initial evidence to the validity and reliability of the Experiencing Ability Test. One hundred eighteen people resident in Minas Gerais, between seven and 87 years and with basic (32.90%), medium (19.00%) and high (48.10%) educational level, were part of the study. From them, 55.10% are female and 11.90% practice meditation or are expert in psychotherapy. The factor exploratory analysis performed in Mplus 5.2 showed a factor solution with loadings above .89. The Cronbach's alpha was .90, indicating good internal consistency among the items. The cross-judges scores correlation varied between ,69 and .89, indicating reliable scores. The results implications are discussed among the clinical psychology and the measurement of experiential skills.

Keywords: Experiencing; experiential levels; experiential scale; validity; Gendlin.

### *Objetivo do Estudo*

O conceito de experiencição de Gendlin parece ter um valor singular para a explicação e predição de fenômenos psicológicos, pois transcende técnicas e contextos psicoterápicos específicos, podendo ser investigado em quase toda prática psicológica (Gendlin, 1961). O conceito de experiencição tem como base alguns pressupostos. O primeiro deles é o de que toda vivência, sentimento, conhecimento e reflexão produzidos por uma pessoa tem como causa a presença de um corpo (visceral, hormonal, perceptual, etc.) que interage ativamente com o ambiente. O segundo pressuposto é o de que o corpo ativo permite à pessoa experienciar uma interação dinâmica e indissociável entre manifestações fisiológicas, sentimentos, crenças e cognições. O terceiro, define que a vivência corporal em relação a uma determinada interação com o ambiente imprime uma experiência singular que engloba cognição e emoção. O quarto, e último pressuposto, é uma consequência dos anteriores, definindo que a essência do autoconhecimento humano encontra-se no foco para o corpo ativo. A compreensão dos sentimentos, crenças, valores, medos, etc. é alcançada e tem origem no corpo (Gendlin, 2007).

No intuito de auxiliar as pessoas no desenvolvimento do autoconhecimento, Gendlin propôs uma ferramenta psicoterápica que, posteriormente, se generalizou para uma prática educacional, visando um acesso mais profundo aos processos corporais. Em níveis mais profundos, a experiencição, enquanto sensação sentida – felt-sense –, é tomada por significados implícitos, inicialmente desconhecidos, confusos e vagos. Para acessá-la e progredir no processo experiencial, Gendlin define que é preciso dispor da habilidade de focalização, atenção interna que permite reconhecer as informações oferecidas pelo organismo, em um movimento de dentro para fora (Gendlin, 1961). A ferramenta terapêutica desenvolvida por Gendlin (1996) atua diretamente no desenvolvimento da habilidade de

focalização, na medida em que ela permite melhor acesso à experienciação. No decorrer do processo de acesso à experienciação, os significados implícitos no felt-sense tornam-se passíveis de serem sentidos, reconhecidos e diferenciados, possibilitando uma abertura a novos conteúdos ou a alteração de perspectiva sobre a própria experiência. Esse avanço experiencial – carrying forward - é acompanhado por uma mudança corporal de nível cognitivo/afetivo/comportamental – felt-shift – como sensação de alívio, relaxamento, lágrimas, etc., indicando a liberação de tensões mentais, clareza mental e emocional para a resolução de problemas e sensação profunda de bem estar (Messias & Cury, 2006).

A parceria entre Carl Rogers e Eugene Gendlin deu início às pesquisas acerca da experienciação e focalização. Eles elaboraram um método de quantificação, que gerou várias escalas, como a Escala de Processo e, posteriormente, a Escala de Experienciação (Experiential Scale), para verificar a manifestação dessas variáveis, tendo como foco processos e não conteúdos. O conceito de experienciação foi central para o aprimoramento das escalas e um aspecto cuidadosamente delineado foi a não primazia de subcomponentes da experienciação como sentimentos ou cognições, diferentemente de Lambert e Hill (1994), que tomavam a escala como um teste de medida de ênfase emocional, e também de Wexler e Rice (1974), que relatam uma correlação maior da escala com fatores cognitivos. Gendlin afirma sua amplitude a ambos os fatores, pois experienciar consiste em um processo dinâmico que aglutina esses componentes, de modo que nenhum deles, isoladamente, é experienciação (Rennie, Bohart & Pos, 2010).

A Escala de Experienciação gera escores de fragmentos retirados de gravações de sessões terapêuticas ou de entrevistas não estruturadas, de forma a definir o nível experiencial da pessoa (Rogers, 1967; Tomlinson, 1959; Tomlinson & Hart, 1962; Truax, 1963; Walker, Rablen & Rogers, 1959). Na obra de Gendlin, são encontrados vários exemplos de trechos analisados com seus respectivos escores, mas não há um método padronizado que defina

como gerar os escores. Além disso, falta um método padronizado de coleta de dados, na forma de testagem, de modo a possibilitar escores em demandas mais bem controladas. Utilizando os bancos de dados Scielo, Periódicos Capes, Plataforma Lattes, Pepsic e Banco de Teses da Capes, com o emprego das palavras-chave focalização, experiencição, escala de experiencição, e Gendlin, foram encontrados dois artigos na literatura brasileira. O primeiro emprega a Escala de Experiencição na avaliação de processos de psicoterapia de grupo (Gardini, 1996) e o segundo discute o impacto do conceito de experiencição na abordagem centrada na pessoa (Messias & Cury, 2006).

Objetivando alcançar um método padronizado de testagem e padronização para os escores dos níveis de experiencição, construímos o Teste de Habilidade Experiencial (THE), com foco no nível experiencial espontâneo dos respondentes, assim como o Método de análise e classificação dos níveis experienciais (MACNE). É objetivo deste estudo relatar evidências iniciais à validade do THE e dos seus escores produzidos, via o MACNE. Frente ao THE, será investigada a análise da estrutura interna de seus itens e, frente ao MACNE, a confiabilidade inter-juízes.

### *Níveis Experienciais e Escalas*

A primeira escala a quantificar níveis experienciais foi a Escala de Processo de Rogers, alterada em sua forma original em função do conceito de experiencição de Gendlin. Baseada anteriormente na noção de self como padrão conceitual de percepções de características, a Escala de Processo passou a compreender o self como consciência reflexiva dos processos de experiencição. O self “não é uma estrutura a ser defendida, mas uma consciência de mudança e riqueza da experiencição interna” (Gendlin, 1968, p. 233). A Escala define em sete níveis a transição de um self com construções pessoais rígidas para um self fluido e rico e experiencições. Quanto a sua validade, um conjunto de pesquisas indicou

a existência de correlação entre o sucesso do processo terapêutico e os níveis da Escala de Processo (Rogers, 1967; Tomlinson, 1959; Truax, 1963; Walker et al., 1959). No entanto, outros estudos mostraram que apenas quatro dos sete níveis da escala realmente se distinguem uns dos outros (Tomlinson & Hart, 1962). Os níveis diferenciados deram início a uma nova escala denominada Escala de Experienciação (Rogers, 1967).

A Escala de Experienciação é composta por sete níveis que definem o fluxo do indivíduo em direção à proximidade de sua experiência. Quanto maior o nível experiencial, maior a capacidade da pessoa em reconhecer e diferenciar seus sentimentos, sensações, estados corporais, etc, aceitando-os e aceitando-se sem a necessidade de se defender contra aspectos ameaçadores de sua própria experiência. Quanto à validade da Escala de Experienciação, ela é capaz de prever em parte o sucesso psicoterapêutico. Estudos indicam que o nível experiencial de uma pessoa no início do processo terapêutico prediz o resultado final da psicoterapia. Hendricks (2001) relata a existência de correlação entre o nível experiencial e efeitos psicoterápicos positivos. Ele também mostra que o desenvolvimento do nível experiencial no decorrer do processo terapêutico prediz o sucesso da terapia. Por sua vez, essa predição parece não se restringir a uma técnica ou contexto psicoterápico específico. Pesquisas relatam a presença de correlação entre a Escala de Experienciação e indicadores de processos de outras abordagens, indicando que possivelmente a experienciação, enquanto mecanismo comum, está presente nesses diferentes contextos. Por exemplo, Bordin (1983) indica uma correlação de 0,52 entre a Escala de Experienciação e a *Free Association Rating*, escala de processo de orientação psicanalítica que classifica respostas à tarefa da associação livre, e Davis e Hadiks (1990) indicam correlações de 0,26 e 0,31 entre a Escala de Experienciação e escalas de comportamentos não verbais. Quanto à confiabilidade dos escores da Escala, estudos mostram haver uma correlação (0,76 a 0,91) suficiente entre juízes (Bordin, 1983; Davis & Hadiks 1990).

A Escala de Experienciação determina um tipo de aprofundamento experiencial para cada nível. O primeiro nível da escala ocorre quando uma pessoa narra exclusivamente fatos, sem usar de descrições, ou expressar opiniões e aspectos pessoais. O segundo nível ocorre à medida que a pessoa estabelece referências pessoais em sua narrativa, porém sem referência aos seus sentimentos. O terceiro nível da escala acontece no momento em que a pessoa relata os próprios sentimentos, estado de consciência e percepções particulares em sua narrativa. Neste nível, a pessoa atribui o ambiente como causa de seus sentimentos, emoções, cognições, etc, de forma a dar-lhe um papel central em seu discurso. O quarto nível experiencial se distingue do terceiro, uma vez que o ambiente perde em importância para a própria pessoa, que passa a ser vista como reguladora e causadora de seus processos internos. No quinto nível, a pessoa encontra-se claramente empenhada em um processo de autoexploração. Ela é capaz de focar no felt-sense e atuar nele para atingir sua autocompreensão. No nível 6, por sua vez, a pessoa consegue examinar o significado de seus sentimentos, experiências e autoconceitos, estando apta a chegar a conclusões autoexplorativas e, posteriormente, atingir uma autocompreensão mais profunda e nítida, alcançando o felt-shift. Finalmente, no nível 7, a pessoa consegue mover-se livremente entre os processos internos e compreendê-los rapidamente sem a necessidade de uma narrativa como ponto de partida. Neste nível, ela consegue perceber os significados experienciais, explorando-os e solucionando-os internamente no presente imediato. A pessoa é capaz de vivenciar todos os níveis anteriores em uma única instância e de modo espontâneo.

### *Teste de Habilidade Experiencial*

O Teste de Habilidade Experiencial (THE) foi elaborado pelos proponentes deste estudo vislumbrando mensurar o nível experiencial por meio de um método padronizado de testagem. O THE é composto por três itens dedicados a medir a experienciação. Cada um dos

itens propõe uma situação específica imaginária com o objetivo de verificar a habilidade do indivíduo em identificar o fluxo experiencial que ocorre em seu organismo naquele momento.

Para mensurar o fenômeno da experiencição, perguntas referentes às suas dimensões fundamentais, tais quais sensações corporais, sentimentos, reações e pensamentos, são realizadas após cada cenário imaginado. O conjunto de respostas fornecido pelo indivíduo frente a cada item é transcrito e posteriormente classificado em níveis experienciais por meio do Método de Análise e Classificação de Níveis Experienciais (MACNE), descrito na seção seguinte deste artigo. O escore de cada item varia de um a sete, de acordo com os níveis da Escala de Experiencição, correspondendo a pontuação máxima (sete) às respostas capazes de reconhecer a experiencição, explorá-la, compreendê-la e gerar mudanças espontâneas de fluxo interno, de natureza cognitiva, fisiológica e emocional.

#### *Método de Análise e Classificação de Níveis Experienciais (MACNE)*

O THE propõe, para além do ambiente padronizado de coleta de dados, um método objetivo de produção de escore, a partir do MACNE. O processo de produção de escore descrito no MACNE acontece em cinco etapas (Figura 1). A primeira delas tem como objetivo identificar a direção do foco de referência da pessoa, seja externo, com a atenção voltada ao ambiente, pessoas e fatos que a cercam, ou interno, com a atenção voltada aos processos internos. O conteúdo das respostas de foco externo engloba descrição de situações, opiniões sobre elas e também sentimentos, comportamentos e estado de espírito da pessoa, desde que a exploração dos mesmos ocorra a partir de uma referência do ambiente como elemento causal e central da narrativa. Essas características sustentam que a narrativa esteja no nível experiencial um ou dois ou três. Em contrapartida, se a narrativa parte de uma referência da pessoa como elemento causal e central da narrativa, seu escore se localiza no nível experiencial quatro ou cinco ou seis ou sete. Se identificado foco de referência externo,



a análise do MACNE prossegue com a segunda e terceira etapas do método, diferentemente de quando constatado foco de referência interno, no qual esses são descartados, seguindo diretamente para os passos quatro e cinco.

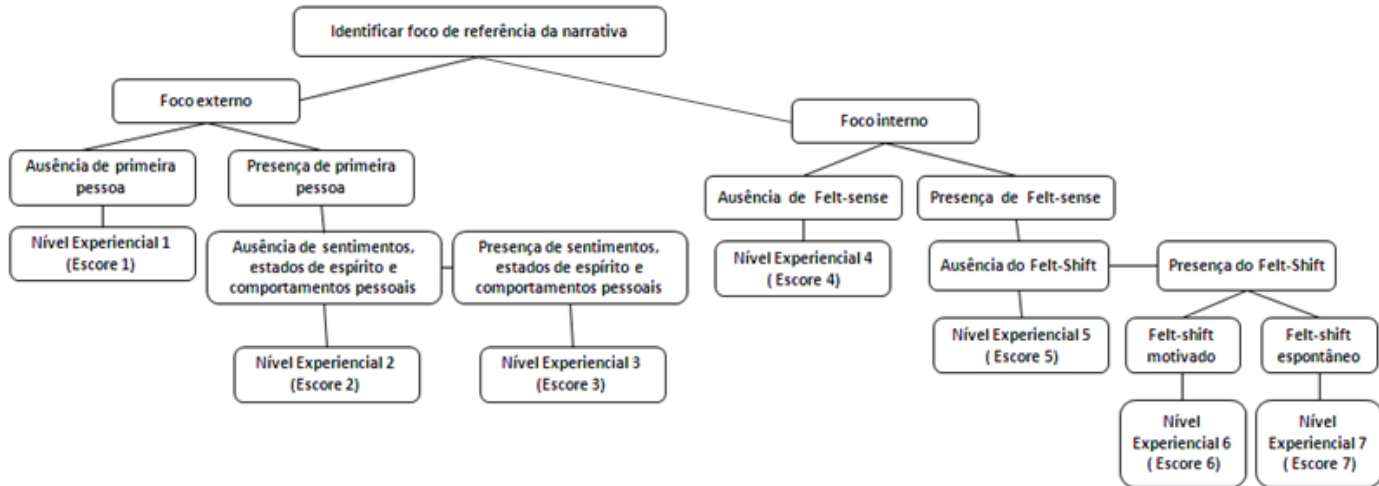


Figura 1- Fluxograma do Método de Análise e Classificação de Níveis Experienciais (MACNE)

O segundo passo do processo de produção de escore tem como objetivo verificar se a narrativa deve ser enquadrada no escore um. A ausência da 1ª pessoa na narrativa define o escore um. Descartada a possibilidade de classificação em nível um, parte-se para o terceiro passo do MACNE, no intuito de distinguir a narrativa em escore dois ou três. Esta etapa consta em identificar a presença ou ausência de sentimentos, comportamentos e experiências particulares. Toda narrativa que inclui a 1ª pessoa do singular/plural, ou opinião pessoal de modo superficial ou intelectual, sem referências a sentimentos, comportamentos ou experiências pessoais particulares é pontuada com escore dois, e sua presença indica escore três.

Quando identificado foco de referência interno na primeira etapa do MACNE, inicia-se diretamente o quarto passo do processo de análise, que consta em identificar a presença ou ausência do felt-sense, ou de aspectos significativos vagos e implícitos na experiência. Esta etapa objetiva verificar se a narrativa pode ser pontuada como escore quatro ou cinco.

Toda narrativa que apresenta a descrição de processos internos, com riqueza de detalhes, sem a exploração do felt-sense, é pontuada com escore quatro. No escore cinco, por sua vez, a pessoa passa a se atentar ao felt-sense, buscando nomeá-lo, descrevê-lo e explorá-lo propositadamente.

A quinta e última etapa do MACNE objetiva verificar se a narrativa pode ser pontuada em escore seis ou sete. Toda narrativa que contém uma mudança de fluxo (felt-shift), a partir de uma exploração ativa do felt-sense, adquire escore seis. Já as narrativas que demonstram mudanças de fluxo espontâneas são pontuadas com escore sete. Enquanto o nível seis indica uma mudança da qualidade de fluxo decorrente da conclusão sobre a exploração do felt-sense, o nível experiencial sete indica a permanência de um fluxo experiencial fluido naquele momento.

## Método

### *Participantes*

Todos os participantes do estudos residiam no estado de Minas Gerais e compuseram uma amostra de conveniência. Cento e dezoito (118) participantes responderam ao THE. Destes, 84 declararam idade, que variou entre sete e 87 anos ( $m = 30,49$  anos;  $dp = 19,47$ ). Quanto ao nível de escolaridade, 21,20% ( $n = 25$ ) possuíam ensino fundamental completo ou incompleto (EF), 12,70% ( $n = 15$ ) ensino médio completo ou incompleto (EM), 32,20% ( $n = 38$ ) ensino superior completo ou incompleto (ES) e 33,90% ( $n=40$ ) não declararam a escolaridade. Dos 118 participantes, 54,20% ( $n = 64$ ) são do sexo feminino e 11,90% ( $n = 14$ ) eram praticantes de meditação ou psicoterapeutas. Dos participantes, 18 responderam o teste em dois momentos, relacionado a um estudo de caso-controle, perfazendo um total de 136 respostas utilizadas para a análise da validade estrutural do THE. As respostas dos participantes foram utilizadas para a investigação do MACNE, com exceção do grupo

praticante de meditação e psicoterapeutas, totalizando 105 participantes e 123 respostas para sua análise.

### *Instrumento*

O Teste de Habilidade Experiencial busca mensurar, de modo padronizado, o nível espontâneo de experiencição do respondente. Sua aplicação é feita em pessoas maiores de seis anos, de modo individual, e sem tempo limite. Não há pré-requisito de nível de escolaridade para a aplicação do THE. A fala do respondente no decorrer da aplicação do teste é gravada e, posteriormente, transcrita. O método de análise e classificação dos níveis experienciais (MACNE), por sua vez, é utilizado para a formação dos escores das respostas transcritas. O escore total do respondente é produzido a partir da média dos seus escores nos três itens do instrumento. Outros aspectos do THE e do MACNE foram já relatados anteriormente.

### *Coleta e Análise de dados*

A coleta de dados foi realizada nos anos de 2010 e 2011 com a ajuda de três estudantes de psicologia e uma psicóloga com formação em psicoterapia humanista. Todas as estudantes foram devidamente treinadas para a aplicação do THE.

Para avaliar a estrutura fatorial do THE, foi empregada a análise fatorial exploratória (AFE), utilizando o software estatístico Mplus 5.2. Para determinar o ajuste da solução, foram empregados o CFI (comparative fit index), no qual o valor deve ser maior ou igual a 0,95 (Byrne, 2001) e a estatística raiz quadrática média residual estandardizada - RMSEA (root mean square error of approximation), que deve indicar valores menores ou iguais a 0,06 (Byrne, 2001). Apesar de não ser usual o uso do CFI e o RMSEA em AFEs, o software Mplus 5.2 permite tal emprego, trazendo maior confiabilidade à seleção dos fatores retidos e à

escolha da solução exploratória obtida (Gomes, Golino, Pinheiro, Miranda & Soares, 2011). O alfa de Cronbach foi utilizado para a averiguação da confiabilidade do THE.

Para avaliar a capacidade do MACNE em guiar a produção de um escore confiável, de modo a permitir certo grau de objetividade na pontuação dos itens do THE, foram analisadas as correlações entre os escores gerados pela pesquisadora com formação em experiência e focalização, e os escores produzidos pelas estudantes que coletaram os dados. Visando investigar diferenças na experiência entre grupos, foram analisadas as variáveis sexo, idade, educação e experiência em vivência de processos internos, por meio de análises não-paramétricas de comparação de grupos. Para as análises de comparação foi utilizado o  $N = 118$  e para a AFE, o  $N = 136$ .

## Resultados

Os resultados do estudo são alocados em três seções. A primeira seção descreve a investigação sobre a estrutura interna do THE. A segunda seção mostra a estatística descritiva dos itens do THE e as diferenças médias de desempenho de grupos pertencentes às variáveis sexo, idade, escolaridade e experiência em vivência de processos internos. A terceira seção, por sua vez, aponta a confiabilidade dos escores do THE pelo MACNE, em termos das correlações entre os escores gerados pelas estudantes de psicologia treinadas com o recurso do método e os escores gerados por uma psicóloga com formação especializada em experiência e focalização.

### *THE: Estrutura Interna*

Para avaliar a validade da estrutura interna do THE foi aplicada a análise fatorial da matriz de correlação policórica referente às 136 respostas nos três itens. A solução unidimensional apresentou adequado grau de ajuste aos dados, com um CFI de 1,0 e RMSEA

de 0,0. Os três itens do THE apresentaram cargas fatoriais respectivas de 0,90, 0,97 e 0,93 (valores arredondados) frente ao fator indicado. O item 1 foi explicado em 80,64% de sua variância pelo fator identificado, o item 2 em 94,67% e o item 3 em 86,49% de sua variância. Os três autovalores (eigenvalues) obtidos apresentaram os seguintes valores: 2,74, 0,69 e 0,09, respectivamente. O primeiro auto-valor indica a porção da variância do THE explicada pelo fator identificado pela AFE. Ele foi capaz de explicar 91,43% da variância contida nas respostas dos participantes ao THE. O alfa de Cronbach dos três itens apresentou valor de 0,90.

#### *THE: Estatística Descritiva*

Os escores do item 1 (Kolmogorov-Smirnov Z – KS Z = 5,07;  $p \leq 0,00$ ), item 2 (KS Z = 4,90;  $p \leq 0,00$ ), item 3 (KS Z = 4,73;  $p \leq 0,00$ ) e escore total (KS Z = 4,12;  $p \leq 0,00$ ) não apresentaram distribuição normal. Assim, as análises de comparação utilizadas foram não-paramétricas. A Tabela 1 apresenta dados descritivos das variáveis do estudo.

A diferença do desempenho dos participantes nos itens 1, 2 e 3 foi estatisticamente significativa, conforme a análise do teste Friedman de amostras pareadas ( $X^2 = 6,42$ ;  $gl = 2$ ;  $p = 0,04$ ;  $N = 117$ ). Houve uma alta frequência de respostas de escore três, analisando-se os escores de todos os itens (79,30%), seguida de uma frequência razoável de respostas de escore quatro (14,40%). Respostas de escores dois (1,70%), cinco (1,40%), seis (1,70%) e sete (1,40%) mostraram baixa frequência. O mesmo padrão se manteve na distribuição da frequência para cada item, separadamente. No item1, respostas de nível dois representaram 1,70% das respostas, enquanto 83,10% corresponderam ao nível três, 12,70% ao nível quatro, 0,80% ao nível cinco e 1,70% ao nível sete. Respostas de nível experiencial seis não apareceram nesse item. Já para o item2, 0,80% das respostas foram de nível dois, 78,80% corresponderam ao nível três, 16,90% foram de nível quatro, 0,80% de nível cinco, 1,70% de

nível seis e 0,80% de nível sete. No item 3, por sua vez, respostas de nível dois corresponderam a 2,50% das respostas, 75,40% corresponderam ao nível três, 13,60% ao nível quatro, 2,50% ao nível cinco, 3,40% ao nível seis, 1,70% ao nível sete e 0,80% foram dados faltantes.

Tabela 1

Estatística Descritiva das Variáveis nos Itens 1, 2 e 3 e Escore Total

		m	dp			m	dp
total	i1	3,19	0,64	idade ≥ 60	i1	3,57	1,62
	i2	3,26	0,66		i2	3,43	1,27
	i3	3,33	0,86		i3	3,71	1,25
	et	3,26	0,67		et	3,57	1,45
masculino	i1	3,13	0,62	ef	i1	3,00	0,00
	i2	3,22	0,63		i2	3,04	0,20
	i3	3,15	0,76		i3	2,92	0,28
	et	3,17	0,62		et	2,99	0,12
feminino	i1	3,25	0,67	em	i1	3,33	1,05
	i2	3,30	0,68		i2	3,40	1,06
	i3	3,49	0,91		i3	3,40	1,12
	et	3,35	0,70		et	3,38	1,06
idade 1-12	i1	3,00	0,00	es	i1	3,47	0,80
	i2	3,07	0,27		i2	3,63	0,79
	i3	2,93	0,27		i3	3,89	1,08
	et	3,00	0,13		et	3,67	0,79
idade 13-17	i1	3,00	0,00	evpi	i1	4,21	1,31
	i2	3,13	0,35		i2	4,36	1,22
	i3	3,00	0,00		i3	5,14	1,23
	et	3,04	0,12		et	4,57	1,14
idade 18-24	i1	3,23	0,43	não evpi	i1	3,06	0,31
	i2	3,27	0,46		i2	3,12	0,35
	i3	3,32	0,48		i3	3,09	0,37
	et	3,27	0,34		et	3,09	0,27
idade 25-59	i1	3,36	0,86				
	i2	3,58	0,94				
	i3	3,84	1,25				
	et	3,60	0,94				

Legenda: et = escore total; ef = ensino fundamental; em = ensino médio; ES =

ensino superior; evpi = experiência em vivência em processos internos.

A diferença do desempenho dos participantes do sexo masculino e feminino no item 1 ( $Z = -1,57$ ;  $p = 0,12$ ) e item 2 ( $Z = -1,10$ ;  $p = 0,27$ ) não foi estatisticamente significativa,

enquanto no item 3 ( $Z = -2,84$ ;  $p = 0,00$ ) e no escore total ( $Z = -2,39$ ;  $p = 0,02$ ) a diferença foi significativa, conforme a análise do teste Mann-Whitney de amostras independentes.

Para comparar o desempenho de experienciãõ em relação a variável idade, foram definidas arbitrariamente cinco categorias etárias. A categoria 1 abarcou participantes de 0 a 12 anos (16,70%), a categoria 2, participantes de 13 a 17 anos (9,50%), a categoria 3, participantes de 18 a 24 anos (26,20%), a categoria 4, participantes de 25 a 59 anos (39,30%), e a categoria 5, participantes de 60 anos em diante (8,30%). Houve diferença estatisticamente significativa entre as faixas etárias no item 2 (Jonckheere-Terpstra J-T observada = 1489,50; J-T média = 1293,50; J-T dp = 97,57;  $p = 0,04$ ), item 3 (J-T observada = 1584,50; J-T média = 1268,00; J-T dp = 98,24;  $p = 0,00$ ) e total (J-T observada = 1530,50; J-T média = 1268,00; J-T dp = 107,28;  $p = 0,01$ ). Não foi encontrada diferença estatisticamente significativa no item 1 (J-T observada = 1454,00; J-T média = 1293,50; J-T dp = 88,31;  $p = 0,07$ ). Na medida em que os testes Kruskal-Wallis e Jonckheere-Terpstra não possuem teste post-hoc, foram realizadas comparações entre as categorias utilizando o teste Mann-Whitney. Houve diferença estatisticamente significativa entre as faixas etárias de 1 a 12 anos e de 18 a 24 anos no item 3 ( $Z = -2,54$ ;  $p = 0,01$ ) e escore total ( $Z = -2,66$ ;  $p = 0,01$ ), assim como entre as faixas etárias de 1 a 12 anos e de 25 a 59 anos no item 2 ( $Z = -2,21$ ;  $p = 0,03$ ), item 3 ( $Z = -2,81$ ;  $p = 0,00$ ) e escore total ( $Z = -2,44$ ;  $p = 0,02$ ). Houve diferença estatisticamente significativa apenas no item 3 entre as faixas etárias de 1 a 12 anos e acima de 60 anos ( $Z = -2,02$ ;  $p = 0,04$ ) e entre as faixas etárias de 13 a 17 anos e 25 a 59 anos ( $Z = -2,03$ ;  $p = 0,04$ ).

Quanto à variável escolaridade, os participantes foram classificados em três grupos distintos, sendo: ensino fundamental (32,90%), ensino médio (19,00%) e ensino superior (48,10%). Houve diferença estatisticamente significativa entre os grupos no item 1 (J-T observada = 1209,00; J-T média = 947,50; J-T dp = 74,57;  $p = 0,00$ ), item 2 (J-T observada = 1277,00; J-T média = 947,50; J-T dp = 84,61;  $p = 0,00$ ), item 3 (J-T observada = 1332,00; J-T

média = 921,00; J-T dp = 86,15;  $p = 0,00$ ) e escore total (J-T observada = 1386,50; J-T média = 921,00; J-T dp = 92,14;  $p = 0,00$ ). Na comparação dos grupos com ensino fundamental e ensino médio, houve diferença estatisticamente significativa no item 3 ( $Z = -2,03$ ;  $p = 0,04$ ) e aproximada no escore total ( $Z = -1,91$ ;  $p = 0,06$ ). O grupo de ensino fundamental apresentou pior desempenho comparado ao grupo de ensino superior no item 1 ( $Z = -3,40$ ;  $p = 0,00$ ), item 2 ( $Z = -3,80$ ;  $p = 0,00$ ), 3 ( $Z = -4,52$ ;  $p = 0,00$ ) e no escore total ( $Z = -4,82$ ;  $p = 0,00$ ). Por sua vez, o grupo de ensino médio apresentou desempenho inferior ao grupo de ensino superior no item 3 ( $Z = -2,32$ ;  $p = 0,02$ ) e no escore total ( $Z = -2,51$ ;  $p = 0,01$ ).

O desempenho dos participantes praticantes de meditação e psicoterapeutas, com experiência em vivência de processos internos foi comparado ao restante dos participantes, sem essas características. A comparação entre os grupos se mostrou estatisticamente significativa no item 1 ( $Z = 6,13$ ;  $p = 0,00$ ), item 2 ( $Z = 5,95$ ;  $p = 0,00$ ), item 3 ( $Z = 7,21$ ;  $p = 0,00$ ) e escore total ( $Z = 6,54$ ;  $p = 0,00$ ).

#### *MACNE: confiabilidade inter-juízes*

Em uma análise prévia à construção do MACNE, ensinamos alunos do curso de psicologia a produzir escores baseados, exclusivamente, na descrição dos níveis da Escala de Experienciação. Solicitamos a eles classificar respostas do THE em níveis experienciais e, posteriormente, analisamos as correlações dos escores produzidos pelos estudantes em relação aos escores gerados por uma psicóloga com formação em experienciação e focalização. Os resultados mostraram uma média das correlações de 0,73, com um intervalo de 0,53 a 0,81 (dp = 0,44). As correlações variaram de forma importante, mas em média foram suficientes, tomando-se como critério que uma correlação igual ou maior a 0,70 entre juízes é um ponto de corte para considerar confiável os escores gerados.



Após a construção do MACNE, novos escores foram produzidos por diferentes juízes a partir da análise de 123 respostas coletadas através do THE. Buscando investigar a confiabilidade do método, correlacionamos os escores da mesma maneira que na análise anterior. Os resultados obtidos indicaram correlações entre 0,69 e 0,89, com uma média de 0,80 ( $dp = 0,11$ ). Ao comparar os dados anteriores aos atuais, diferenças relevantes foram constatadas. A correlação mínima obtida sem o uso do MACNE indicou uma variância comum de 28,09% entre os escores de um juiz e os escores da psicóloga especialista. Com o uso do MACNE, a correlação mínima obtida indicou variância comum de 47,61% entre os escores de um juiz e os escores da psicóloga especialista. Houve um incremento de 19,52% na variância comum de escores produzidos. Por sua vez, o incremento na correlação média de 0,73 para 0,80, indicou que a variância comum nos escores dos juízes com os escores da especialista foi de 53,29% para 64,00%, mostrando um aumento de 10,71% na variância comum de escores produzidos. Com relação às maiores correlações obtidas, o incremento de 0,80 para 0,89 mostrou que a variância comum foi de 64,00% para 79,21%, indicando um incremento de 15,21% na variância comum.

## Discussão

A respeito das questões fundamentais do estudo, os resultados mostraram que o Teste de Habilidade Experiencial (THE) possui alta confiabilidade ( $\alpha = 0,90$ ), fortes cargas fatoriais ( $\beta \geq 0,90$ ) dos itens em relação ao traço latente e um escore confiável, proveniente do MACNE. Para além dessas questões, os resultados indicaram existir diferenças de desempenho dos diferentes grupos no THE, bem como um desempenho progressivo no decorrer dos itens do teste e uma predominância muito forte de respostas em nível experiencial três, possibilitando futuras investigações no âmbito da experiência/focalização.

O sexo feminino apresentou maior nível experiencial em relação ao sexo masculino no item 3 e no escore total. Características diretamente ligadas a níveis experienciais mais desenvolvidos, como intuição, introspecção e foco nos sentimentos, são tratadas, muitas vezes, como peculiaridades do sexo feminino, em culturas de caráter conservador (Oliveira, 1991). No entanto, o processo de mudanças dos padrões culturais clássicos, vivenciado atualmente, tem contribuído na alteração de características e valores dos diferentes sexos. A expansão da mulher para o espaço público, antes de posse exclusiva dos homens, bem como a possibilidade masculina de desempenhar papéis considerados exclusivamente femininos são exemplos dessa natureza (Mori & Coelho, 2004). Frente ao contexto, e sabendo que o fator determinante para bons desempenhos experienciais se relaciona ao foco de referência interno, é possível que características culturais exerçam influência para esse resultado. Culturas conservadoras podem mobilizar melhor desempenho experiencial para o sexo feminino, por designar à mulher tarefas relacionadas ao ambiente interno do lar e da família, regido pelo afeto, estimulando-as ao contato com os próprios sentimentos e a introspecção. Ao contrário, o sexo masculino é estimulado a realizar atividades racionais em ambientes externos. Para investigar essa hipótese, são necessários estudos comparativos entre gêneros, alocando amostras de diferentes culturas.

A idade foi uma variável diferenciadora do desempenho experiencial. É relevante um estudo de ampla faixa etária para verificar se a experiência é uma variável indicadora de desenvolvimento humano. É possível que a experiência seja um componente que se desenvolva nas pessoas, inclusive na fase adulta.

Quanto à escolaridade, os resultados indicaram um crescimento progressivo do desempenho experiencial em função das três categorias delimitadas. Do ensino fundamental para o ensino médio houve um crescimento médio de 0,39 no escore de experiência, e do ensino médio para o ensino superior houve um crescimento médio de 0,29. Esse resultado

reforça empiricamente o conceito de experienciação de Gendlin que abrange de forma imbricada os aspectos cognitivos aos aspectos afetivos.

Em relação ao desempenho médio progressivo dos participantes nos itens 1, 2 e 3 do teste, duas hipóteses são especuladas. A primeira delas envolve o caráter emocional tensional do cenário. Na disposição do teste, o primeiro item estabelece um cenário de surpresa prazerosa, o segundo item apresenta um cenário de desafio/tensão, e o terceiro item adquire um caráter mais intenso, pois simula o cenário onde há um problema no qual o respondente não consegue resolver naquele momento. A primeira hipótese supõe que itens com cenários de tensão são favoráveis a provocação de respostas de níveis experienciais mais avançados, comparados aos itens de cenários prazerosos. A segunda hipótese, por sua vez, se sustenta na possibilidade de “aquecimento”, que seria uma familiarização do respondente às demandas do teste, enquanto o mesmo evolui. Os três itens do THE, com exceção do conteúdo do cenário imaginado, são idênticos na estrutura e na aplicação, o que favorece a um maior desempenho do participante na medida em que ele responde ao teste e se acostuma com o tipo de tarefa envolvido. Para a análise empírica de ambas as hipóteses, fazem-se necessários novos estudos, com um desenho de pesquisa que contenha uma sequência variada dos três itens do THE.

A predominância de nível experiencial três indica que a forte maioria dos participantes apresentou foco de referência externo e atribuiu o ambiente como causa de seus processos internos. Estudos com amostras variadas, de diferentes faixas etárias e níveis educacionais também mostraram uma predominância de padrões de referência externa entre os participantes (Vera & Cervantes, 1999). Noriega, Albuquerque, Alvarez, Oliveira e Coronado (2003) mostraram que adultos entre 35 e 66 anos apresentam maior média em lócus de controle externo, assim como pessoas de zonas rurais, comparadas às de zona urbana ( $p = 0,04$ ). Além disso, 54% da variância total das percepções dos controles de condutas é

explicada por condutas externalistas. As evidências desses estudos sugerem que nossos resultados podem espelhar o que ocorre em nível populacional. As implicações da predominância de nível experiencial três são relevantes ao campo das políticas públicas. Pessoas nesse nível podem apresentar vulnerabilidade, baixa auto-estima, desorganização do self, incongruência, entre outros sintomas psíquicos que interferem diretamente em sua relação com o ambiente (Rogers, 1961).

No campo da experiencição, Goldman (1997) afirma que níveis experienciais mais elevados durante sessões terapêuticas estão correlacionados à diminuição de sintomas de depressão, assim como argumenta que, a partir das sessões intermediárias, o nível de experiencição seis prediz um aumento da auto-estima. Em nosso estudo, os níveis experienciais 5, 6 e 7 somente foram encontrados em pessoas praticantes de meditação e psicoterapeutas. Em média, esse grupo apresentou um nível de habilidade de focalização suficiente para reconhecer o significado sentido ou felt-sense, estando mais abertos a novos conteúdos em prol de um self congruente (Rogers, 1961).

Os resultados discutidos englobam algumas limitações que necessitam ser reconhecidas. Uma delas envolve o emprego de uma amostra pequena e pouco representativa, havendo necessidade de ampliação da mesma, com maior variação. Outra limitação presente refere-se ao fato de que este estudo não incorporou outros instrumentos além do THE, sendo necessários estudos futuros de validade convergente. Em relação ao MACNE, os resultados analisados restringiram-se aos níveis experienciais dois, três e quatro, havendo necessidade da mesma análise para os níveis experienciais posteriores. A coleta dos dados referente ao grupo de meditação e psicoterapeutas foi realizada no final do processo da pesquisa, e posteriormente à análise inter-juízes do MACNE, de modo que os escores desse grupo não foram incorporados à análise.

Do ponto de vista das contribuições do estudo à técnica psicoterápica de focalização e ao campo da psicologia clínica, os resultados mostraram possibilidades de coleta de dados de níveis experienciais espontâneos em um ambiente padronizado de testagem. Anteriormente ao THE, os escores de experiencição eram gerados exclusivamente em contextos clínicos e na presença da interação psicoterapeuta-cliente. Essa condição implicava que os escores gerados eram influenciados pela situação de suporte dada pelo psicoterapeuta ao interagir com o cliente. Nesse sentido, a tradição de estudos em experiencição não produzia escores para níveis espontâneos dos clientes, ou seja, níveis de experiencição obtidos sem influência do contexto psicoterapeuta-cliente e suas formas de suporte. Ao possibilitar um diagnóstico fidedigno da saúde psíquica ou grau de autoconhecimento do cliente em nível espontâneo, o THE aprimora o diagnóstico, na medida em que permite ao psicoterapeuta traçar planos de intervenção a respeito do quanto precisará atuar no desenvolvimento da habilidade de focalização de seu cliente.

O THE permite que o psicoterapeuta o utilize sempre que pretender verificar os avanços do processo psicoterápico, em termos de mudanças espontâneas no cliente. Além dos benefícios referentes ao diagnóstico e intervenção, o THE permite a comparação de diferentes psicoterapias provenientes de distintas abordagens psicológicas, podendo se tornar um indicador promissor do sucesso terapêutico à medida em que venha apresentar correlações significativas com os indicadores de efeitos produzidos por elas.

## Referências

- Byrne, B. (2001). *Structural equation modeling with AMOS: basic concepts, applications and programming*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Bordin, E. L. (1983). A research note on the relation between the Free Association and Experiencing Scale. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 51* (3), 367-369.
- Davis, M. & Hadiks, D. (1990). Nonverbal behavior and client state changes during psychotherapy. *Journal of Clinical Psychology, 43* (3), 340-351.
- Gardini, R. C.(1996). Avaliação do processo de psicoterapia de grupo na escala Gendlin e Tomlinson. *Mudanças, 2* (2), 113-128.
- Gendlin, E.T. (1961). Experiencing: A variable in the process of therapeutic change. *American Journal of Psychotherapy, 15*, 233-245.
- Gendlin, E.T. (1968). The experiential response. In E. Hammer (Ed.), *Use of interpretation in treatment* (pp. 208-227). New York: Grune & Stratton.
- Gendlin, E.T. (1996). *An introduction to focusing: Six steps*. New York: The Focusing Institute.
- Gendlin, E.T. (2007). *Focusing: The body speaks from the inside*. New York: The Focusing Institute.
- Goldman, R. (1997). *Change in thematic depth of experiencing and outcome in experiential psychotherapy*. Tese de Doutorado, York University.
- Gomes, C. M. A., Golino H.F., Pinheiro C. A., Miranda G. R. & Soares J. M. (2011). Validação da Escala de Abordagens de Aprendizagem (EABAP) em uma amostra Brasileira. *Psicologia, Reflexão e Crítica, 24* (1), 19 – 27.
- Hendricks, M.N. (2001). Focusing-Oriented/ Experiential Psychotherapy: Research and Practice. In D. Cain & J. Seeman (Eds.). *Humanistic psychoterapy handbook of research and practice* (pp. 221-252). Washington, DC: American Psychological Association.

- Lambert, M.J. & Hill, C.E. (1994). Assessing psychotherapy outcomes and processes. In A.E. Bergin, & S.L. Garfield (Eds.), *Handbook of psychotherapy and behavior change* (pp. 72-113). New York: John Wiley.
- Messias, J. C. & Cury, V. (2006). Psicoterapia Centrada na Pessoa e o impacto do conceito de experiencição. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 19 (3), 355- 361.
- Mori, M. & Coelho, V. (2004). Mulheres de corpo e alma: aspectos biopsicossociais da meia-idade feminina. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 17 (2), 177-187.
- Noriega, J. A. V., Albuquerque, F. J., Alvarez, J. F., Oliveira, L. M. & Coronado, G. (2003). Locus de controle em uma população do nordeste brasileira. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 19 (3), 211-22.
- Oliveira, D. (1991). *Elogio da diferença: o feminino emergente*. São Paulo: Brasiliense.
- Rennie, D., Bohart, A & Pos, A. (2010). Eugene Gendlin: experiential philosophy and psychotherapy. In G. Louis, J. Muran, L. Angus, L., J. Hayes, J., N. Ladany & T. Anderson (Eds.). *Bringing psychotherapy research to life understanding change through the work of leading clinical researchers* (pp. 165-174). Washington: American Psychological Association.
- Rogers, C. R. (1961). *Tornar-se pessoa*. São Paulo: Martins Fontes.
- Rogers, C. R. (1967). *The therapeutic relationship and its impact: A program of research in psychotherapy with schizophrenics*. Madison: University of Wisconsin.
- Tomlinson, T. M. (1959). *A validation study of a scale for the measurement of the process of personality change in psychotherapy*. Dissertação de Mestrado, University of Wisconsin, Estados Unidos.
- Tomlinson, T.M. & Hart, J.T. (1962). A validation study of the process scale. *Journal of Consult. Psychology*, 26 (1), 74 – 78.

Truax, C. B. (1963). Effective ingredients in psychotherapy. *Journal of Counseling Psychology, 10*, 256-263.

Vera, N.J.A. & Cervantes, M.N.E. (1999) Locus de control en una muestra de residentes del noroeste de México. *Psicología y Salud, 10* (2), 237-247.

Walker, A., Rablen, R. A. & Rogers, C. R. (1959). Development of a scale to measure process change in psychotherapy. *Journal of Clinical Psychology, 16*, 79-85.

Wexler, D. A. & Rice, L. N. (1974). *Innovations in client-centered therapy*. New York: Wiley.