

## AVALIAÇÃO DA SOLIDÃO

Félix Neto

«Which of us is not forever a stranger and alone?»

THOMAS WOLFE

### I. — INTRODUÇÃO

A solidão é experienciada pelo ser humano em qualquer que seja o lugar que habite. É, porventura, difícil imaginar uma pessoa que não se tenha sentido sozinha alguma vez na sua existência. Os primeiros tempos passados na escola, na fábrica, na caserna, porventura a mudança do seu país de residência para um país receptor para o migrante, o fim de um relacionamento íntimo, são ocasiões em que as pessoas podem experimentar a solidão.

A solidão é um tópico que tem suscitado um interesse crescente no mundo ocidental. Os jornais e as revistas publicam cada vez mais artigos sobre a solidão; é um tema que aparece na literatura da ciência-ficção recente e é o foco de livros de divulgação de auto-ajuda psicológica. Mas apesar deste interesse pelo tema da solidão os cientistas sociais ainda estão começando a explorar a sua natureza. Em comparação com outros problemas do relacionamento social a solidão tem sido negligenciada pelos psicólogos. Por exemplo, têm sido efectuadas análises minuciosas da agressão, da competição, do sobrepovoamento e de outros factores negativos do relacionamento social.

Encontramos, pelo menos, dois factores que contribuíram para que os cientistas sociais só tivessem começado recentemente a investigar a solidão. Em primeiro lugar, o facto

de se sentir a solidão é percebido como um estigma susceptível de embeber os cientistas que estudam a solidão sendo olhados com uma certa desconfiança como se talvez a sua investigação tenha sido despoletada por problemas pessoais não resolvidos. Um segundo factor, é que a solidão, ao invés da agressão, da competição e do sobrepovoamento, por exemplo, não pode ser facilmente manipulada no laboratório. É sabido que os psicólogos têm muitas vezes idealizado o método experimental como sendo a abordagem mais válida para o estudo da realidade. Concordamos com a opinião de Russel, Peplau e de Cutrona (1980) segundo os quais a tarefa crucial para os investigadores não é tanto o desenvolvimento de um paradigma experimental para produzir a solidão, em diferentes graus sob condições controladas, como o desenvolvimento de instrumentos para pôr em evidência variações na solidão que ocorre na vida quotidiana.

A solidão é o sentimento aflitivo que se tem quando há discrepância entre o tipo de relações sociais que desejamos e o tipo de relações sociais que temos (Perlman, & Peplau, 1982). Por isso a solidão não é muito simplisticamente o que se sente quando se está sozinho. Se podemos sentir a solidão quando estamos sozinhos no caso de querermos estar antes com alguém, também se pode sentir quando estamos com outras pessoas. O âmago da solidão é a insatisfação em relação ao nosso relacionamento social.

A importância da investigação sobre a solidão reside não só na ajuda para a compreensão de aspectos básicos do relacionamento social, como também no facto de ser um problema doloroso para muita gente. Num inquérito efectuado nos Estados Unidos (Bradburn, 1969), 26% dos Americanos declararam terem-se sentido «muito sós ou afastados das outras pessoas» durante as semanas passadas. A solidão aparece ligada a uma ampla gama de problemas individuais e sociais, como o alcoolismo (Nerviano, & Gross, 1976), o suicídio (Jacobs, 1971; Wenz, 1977), a doença física e a sobreutilização dos serviços de saúde (Lynch, 1976).

Um pré-requisito para se poder efectuar a investigação sobre aspectos psico-sociais da solidão é o de se dispor de um instrumento adequado. Daí que tenhamos optado por adaptar para a população portuguesa a medida da solidão mais utilizada na literatura, isto é, a Escala de Solidão da

UCLA (Russel, Peplau, & Ferguson, 1978; Russell, Peplau, & Cutrona, 1980).

Assim, após uma breve alusão ao modo como a escala foi sendo desenvolvida, apresentaremos a sua adaptação junto de estudantes universitários.

## 2. — DESENVOLVIMENTO DA ESCALA DE SOLIDÃO DA UCLA

Para avaliarem a solidão os investigadores têm, inevitavelmente, de optar perante duas encruzilhadas. Na primeira, trata-se de saber se a solidão deve ser encarada enquanto *traço* de personalidade (as pessoas sós sendo os indivíduos que referem uma longa história de sentimentos frequentes e intensos de solidão), ou então enquanto *estado* psicológico, que diferentes pessoas podem experienciar durante diferentes lapsos de tempo em diferentes momentos das suas existências. Na segunda, trata-se de saber se a solidão deve ser encarada de modo *unidimensional*, sendo vista como um fenómeno unitário que varia sobretudo na intensidade experienciada, ou então de modo *multidimensional*, sendo conceptualizada como um fenómeno plurifacetado que não se pode apreender só por uma medida global.

A escala que nos propomos adaptar para a população portuguesa, a Escala de Solidão da UCLA, é encarada enquanto estado psicológico e apreendida de modo unidimensional.

Todavia antes de se apresentar a sua adaptação, faremos alusão ao desenvolvimento desta escala.

Os seus autores pretenderam criar um instrumento psicometricamente adequado, de fácil administração, que pudesse servir de estímulo à investigação empírica sobre a solidão.

Um conjunto inicial de 75 itens foi seleccionado a partir da escala de solidão desenvolvida por Sisenwein (1964). Estes itens estavam baseados em julgamentos escritos por 20 psicólogos que descreveram a experiência da solidão e também em julgamentos de uma escala prévia de Eddy (1961). A amostra dos 25 itens retidos da escala de Sisenwein (1964) não foi sistemática, tendo tido os autores como único

critério a eliminação de julgamentos muito extremos (v.g., «A televisão é o meu único amigo», «A morte será a minha única companhia»). Exemplos de itens que foram seleccionados são «Não posso tolerar estar tão só», e «Ninguém me conhece realmente bem». Os sujeitos situavam as suas respostas numa escala em quatro pontos, utilizada por Sisenwein, indo desde «Sinto-me muitas vezes deste modo» até «Nunca me sinto deste modo».

Esse conjunto inicial de itens foi administrado a dois grupos de jovens adultos que frequentavam a UCLA: uma amostra clínica que incluía voluntários recrutados para participarem numa discussão de grupo sobre a solidão e uma amostra de estudantes de psicologia. Todos os participantes responderam aos 25 itens e indicaram até que ponto se sentiam sós, em comparação com os outros, numa escala tipo Likert em cinco pontos. Os indivíduos também descreveram o seu estado afectivo corrente através da avaliação da intensidade de sentimentos como «aborrecido», «deprimido», «ansioso».

A versão final da escala consistiu em 20 itens, escolhidos com base nas correlações item-score total. Todos os itens seleccionados tinham obtido correlações superiores a 0.50. A escala assim construída mostrou possuir uma elevada consistência interna, com um coeficiente alfa de 0.96. A validade da escala foi avaliada de três modos. Em primeiro lugar, encontrou-se uma correlação de 0.79 entre o score total da escala de solidão e as respostas a um item de autoavaliação da solidão. Seguidamente compararam-se os scores de solidão de uma amostra clínica com os de estudantes, sendo as diferenças entre estes dois grupos estatisticamente significativas. A média da amostra clínica (60,1) sendo muito maior do que a da amostra de estudantes (39,1). Enfim, os scores de solidão estavam fortemente relacionados com a intensidade de sentimentos de que se poderia esperar estarem associados com a solidão, como a depressão, a ansiedade, a insatisfação, a infelicidade, a timidez; os scores não estavam relacionados com sentimentos conceptualmente diferentes da experiência de solidão, como sentir-se «trabalhador» ou ter «vastos interesses».

Investigações posteriores confirmaram a fidelidade e a validade da escala. Assim, Solano (1980) encontrou um coeficiente alfa de 0.89 numa amostra de estudantes. Por

meio da fidelidade teste-reteste, Jones (citado por Russel et al., 1980) encontrou a correlação de 0.73 para um período superior a dois meses com estudantes universitários. Por seu lado Cutrona (in Peplau, & Perlman, 1982) encontrou uma correlação teste-reteste de 0.62 para um período superior a sete meses, também com estudantes universitários. Estes resultados podem reflectir que podem ocorrer variações no tempo. A validade da escala é evidenciada por outros estudos através de correlações significativas com outras medidas da solidão. Solano (1980) encontrou uma correlação de 0.74 entre a medida de solidão de Bradley e a escala UCLA. Paloutzian e Ellison (1982) encontraram uma correlação de 0.72 entre a Escala Abreviada da Solidão e a escala da UCLA. Foram igualmente encontradas correlações com diversas características da personalidade e a escala UCLA. Por exemplo, Horowitz e French (1979) encontraram que os indivíduos solitários experienciavam maiores sentimentos de sociabilidade inibida. A validade da escala foi também posta em evidência junto de populações «em risco». Em comparação com o score médio de amostras de estudantes universitários ( $M = 38,6$ ) encontrou-se que doentes psiquiátricos adultos ( $M = 51,8$ ), pessoas divorciadas ( $M = 47,7$ ) e participantes em ateliers para desenvolver as habilidades sociais ( $M = 56,8$ ) sentiam de modo significativo a solidão (Russel, 1978).

Apesar do que foi dito, que mostra que a escala de solidão da UCLA é um instrumento adequado, esta medida levanta diversos problemas potenciais. Um primeiro problema é a possibilidade de enviezamento nas respostas, já que todos os itens foram redigidos na mesma direcção, os scores elevados reflectindo sentimentos de insatisfação social. Assim, a tendência a responder de um certo modo poderia sistematicamente influenciar os scores de solidão. Um segundo problema potencial é a desejabilidade social. Se um certo estigma está ligado à solidão (Gordon, 1976), os sujeitos podem distorcer as respostas subvalorizando a sua experiência de solidão. Um outro problema diz respeito à validade discriminante. As correlações encontradas entre os scores de solidão e medidas de outros construtos como a depressão e auto-estima são intuitivamente razoáveis, evidenciando a validade da Escala de Solidão da UCLA. Todavia, simultaneamente, esses dados apontam a necessi-

dade de se demonstrar a validade discriminante da escala pondo-se em evidência que a solidão é distinta de construtos que estão relacionados com ela.

Para obviar a estes problemas potenciais a Escala de Solidão da UCLA foi revista. Dois estudos que utilizam a escala revista clarificam a natureza da solidão (Russel et al., 1980). No primeiro estudo, uma versão revista da Escala de Solidão da UCLA é desenvolvida, que inclui 10 itens redigidos de modo positivo e 10 de modo negativo. Todos estes itens apresentam correlações superiores a 0.40 com o critério estabelecido. O coeficiente alfa para a escala revista foi de 0.94. Os scores de solidão da escala revista estavam correlacionados do modo esperado com as medidas do estado emocional. Foram encontradas relações com o Inventário de Depressão de Beck ( $r = .62$ ) e com as escalas de Ansiedade ( $r = .32$ ) e de Depressão de Costello-Comrey ( $r = .55$ ). Foram igualmente encontradas relações significativas entre os scores de solidão e o sentir-se abandonado, deprimido, vazio, sem esperança, isolado, autocontido e não sentir-se sociável e satisfeito. Não se encontram relações dos scores de solidão com emoções distintas do ponto de vista conceptual como embaraço ou surpresa.

O segundo estudo confirma a validade concorrente da escala, revista através do exame das relações entre solidão e comportamento social. Além disso, esse estudo demonstra a validade discriminante da escala revista já que os scores de solidão são distintos da desejabilidade social, da tomada de riscos sociais, de estados emocionais negativos e da motivação afiliativa.

Em suma, os esforços efectuados por Russell e seus colaboradores para desenvolverem uma escala de solidão adequada parecem coroados de sucesso. A Escala de Solidão da UCLA revista é relativamente curta, fácil de administrar, altamente fidedigna, e mostra ser válida, quer na avaliação da solidão, quer na discriminação entre solidão e outros construtos relacionados. Trata-se, pois, de uma medida da solidão cuja adaptação para a população portuguesa nos parece revestir-se de interesse.

### 3. — ADAPTAÇÃO DA ESCALA DE SOLIDÃO DA UCLA

#### 3.1. — METODOLOGIA

##### *Instrumentos*

Efectuou-se a tradução portuguesa da Escala da Solidão da UCLA revista. Os vinte itens são avaliados numa escala de escolha múltipla com quatro alternativas: «nunca», «raramente», «algumas vezes», «muitas vezes». A ordem de apresentação dos itens da versão portuguesa foi a mesma utilizada na versão americana.

Conjuntamente com a aplicação da escala foram solicitadas aos sujeitos as causas da solidão, bem como o que costuma fazer («coping») quando sentem a solidão.

Os sujeitos avaliaram, também, numa escala em 4 pontos, a intensidade da sua experiência de 23 emoções. Estas compreendiam afectos como o aborrecimento, a insatisfação e um conjunto de afectos que se supõe não estarem relacionados com a solidão. Os sujeitos preencheram, enfim, a escala de autoconsciência (Neto, 1986; Neto, 1987) e o inventário clínico do autoconceito (Vaz Serra, 1986). Não se apresentarão neste artigo todos os resultados dos dados recolhidos.

##### *População*

A versão portuguesa da escala foi administrada a uma amostra de 286 estudantes dos três primeiros anos que frequentavam a Universidade do Porto em 1987 (Cursos de Psicologia e de Economia)\*. 61,2% são do sexo feminino e 38,8% do sexo masculino. A idade média é de 19,6 anos (D.P. = 1,8). A distribuição das idades segundo o sexo não é significativamente diferente ( $X^2 = 107,7, g.l. = 10, p = 0,38$ ).

\* O autor expressa aqui os seus agradecimentos ao Professor Doutor Daniel Bessa por todas as facilidades concedidas para a recolha de dados na Faculdade de Economia.

## Procedimento

Todos os questionários foram preenchidos colectivamente durante tempos lectivos das respectivas Faculdades. A análise dos dados foi efectuada em várias etapas. Em primeiro lugar, a escala para avaliar a solidão da UCLA foi revista, com base na correlação de cada item com o score total da escala. Em segundo lugar, foi avaliada a consistência interna da escala revista através do cálculo do coeficiente alfa (Cronback, 1960). Finalmente, avaliou-se a validade da escala da solidão de vários modos. Os scores da escala da solidão foram correlacionados com uma questão de auto-avaliação da solidão. Em seguida, as autoavaliações de diferentes sentimentos foram correlacionadas com o score da solidão. Finalmente correlacionou-se a ansiedade social e autoconceito com a escala de solidão. Estes últimos resultados serão, todavia, apresentados numa outra publicação.

### 3.2. — Resultados

Todos os itens apresentam correlações superiores a 0.40 com o score total, sendo altamente significativas, à excepção do item 4 ( $r = .02$ ) da versão original americana («Não me sinto sozinho»). Trata-se, efectivamente, do único item da escala que se refere directamente à solidão na tradução portuguesa e que, de certo modo, preverte o espírito que presidiu à sua construção, isto é, a não referência directa ao construto que se está a tentar avaliar.

Se o facto de o inglês possuir os termos «alone» e «lonely» pode facilitar tal tarefa, o mesmo não acontece na língua portuguesa. A partir do momento em que um estigma social está associado à solidão (Gordon, 1976), os indivíduos podem distorcer as suas respostas para parecerem menos sozinhos. É, pois, possível que a desejabilidade social tenha contribuído para o resultado encontrado para o item 4.

A escala revista da solidão da UCLA comporta tantos itens que reflectem satisfação relativamente às relações sociais como insatisfação. Dado que o item 4 da versão original americana reflecte satisfação, para se assegurar um equilíbrio dos itens invertidos da versão portuguesa que contrabalancem respostas enviezadas, eliminou-se, também, o item que reflecte insatisfação relativa ante às relações sociais com a correlação mais baixa com o escore total. Trata-

-se do item 12 da versão original americana («Os meus contactos sociais são superficiais»). A versão portuguesa que se propõe da escala de solidão comporta, pois, 18 itens, que se apresentam no quadro 1.

QUADRO 1 — A adaptação da escala de solidão da UCLA

	Nunca	Raramente	Algumas vezes	Muitas vezes
1. Sinto-me em sintonia com as pessoas que estão à minha volta. *	1	2	3	4
2. Sinto falta de camaradagem.	1	2	3	4
3. Não há ninguém a quem possa recorrer.	1	2	3	4
4. Sinto que faço parte de um grupo de amigos. *	1	2	3	4
5. Tenho muito em comum com as pessoas que me rodeiam. *	1	2	3	4
6. Já não sinto mais intimidade com ninguém.	1	2	3	4
7. Os meus interesses e ideias não são partilhados por aqueles que me rodeiam.	1	2	3	4
8. Sou uma pessoa voltada para fora. *	1	2	3	4
9. Há pessoas a quem me sinto chegado. *	1	2	3	4
10. Sinto-me excluído.	1	2	3	4
11. Ninguém me conhece realmente bem.	1	2	3	4
12. Sinto-me isolado dos outros.	1	2	3	4
13. Consigo encontrar camaradagem quando quero. *	1	2	3	4
14. Há pessoas que me compreendem realmente. *	1	2	3	4
15. Sou infeliz por ser tão retraído.	1	2	3	4
16. As pessoas estão à minha volta mas não estão comigo.	1	2	3	4
17. Há pessoas com quem consigo falar. *	1	2	3	4
18. Há pessoas a quem posso recorrer. *	1	2	3	4

Nota: O escore total é a soma dos 18 itens.

\* Item deve ser inserido (i.e., 1=4, 2=3, 3=2, 4=1) antes de se calcular o score.

Após a selecção dos 18 itens indicados, procedeu-se novamente à avaliação da sua capacidade discriminatória através de dois processos distintos. O primeiro consistiu em efectuar um estudo de correlações entre cada item e a nota global. Se este valor tem a vantagem de aproveitar a infor-

mação de toda a amostra, o que não é o caso, por exemplo, do estabelecimento da diferença entre médias dos itens correspondentes aos 25% inferiores e aos 25% superiores da amostra, já tem o defeito de poder influenciar os valores obtidos, na medida em que o próprio item faz também parte da pontuação global, pois encontra-se adicionado aos restantes.

O segundo consistiu em efectuar uma correlação corrigida, entre cada item e o valor global, ao qual foi extraído, caso a caso, o valor do próprio item. No quadro 2 pode verificar-se que há uma constância relativamente grande nas posições relativas de cada item.

O item 12 — «Sinto-me isolado dos outros» — e o número 10 — «Sinto-me excluído» são as questões que revelam correlações maiores com o score total. Por seu lado o item 7 — «Os meus interesses e ideias não são partilhados por aqueles que me rodeiam» e o número 11 — «Ninguém me conhece realmente bem» são questões com mais baixas correlações com o score total. Todas as correlações são altamente significativas a um nível de  $p < 0.001$ .

QUADRO 2 — Estudo da capacidade discriminatória dos itens da escala de solidão da UCLA adaptada

Itens	Correlação do item x S. total	Correlação corrigida do item x S. total
1	.51	.45
2	.48	.41
3	.61	.53
4	.70	.64
5	.56	.49
6	.50	.41
7	.43	.35
8	.47	.38
9	.50	.43
10	.72	.66
11	.45	.34
12	.75	.69
13	.58	.51
14	.60	.52
15	.57	.48
16	.64	.58
17	.52	.45
18	.62	.51

O quadro 3 mostra-nos as médias e os desvios padrões, não só do valor global da solidão como, igualmente, de cada item para o conjunto da amostra e por sexos.

QUADRO 3 — Resultados da Escala de Solidão da UCLA por sexos (N = 286)

Itens	Total		Homens		Mulheres	
	M.	D.P.	M.	D.P.	M.	D.P.
1	1,8	0,68	1,9	0,71	1,8	0,65
2	2,6	0,79	2,5	0,85	2,6	0,74
3	1,9	0,92	2,0	0,93	1,9	0,93
4	1,7	0,80	1,6	0,75	1,7	0,84
5	2,0	0,80	2,1	0,88	2,0	0,78
6	2,0	0,80	1,9	1,0	2,0	0,99
7	2,4	0,80	2,3	0,85	2,5	0,76
8	2,3	0,92	2,3	0,87	2,3	0,95
9	1,5	0,77	1,6	0,70	1,5	0,81
10	2,1	0,90	2,0	0,96	2,2	0,85
11	2,7	1,1	2,7	1,1	2,7	1,1
12	2,3	0,94	2,2	0,93	2,3	0,96
13	1,8	0,77	1,8	0,78	1,9	0,77
14	2,0	0,87	2,0	0,87	2,0	0,87
15	2,0	0,90	2,0	0,98	2,0	0,97
16	2,5	0,90	2,3	0,92	2,6	0,85
17	1,5	0,71	1,6	0,79	1,5	0,67
18	1,5	0,70	1,6	0,72	1,5	0,69
Total	36,7	8,7	36,3	9,1	37,0	8,5

Efectuaram-se comparações entre os resultados médios da solidão para o sexo masculino e feminino, não se tendo encontrado diferenças significativas ( $284 = -0.68, n.s.$ )

A fidelidade representa a consistência com que um instrumento mede um dado comportamento. Com o intuito de se avaliar a consistência interna utilizou-se o coeficiente alfa de Cronbach (1960). Este coeficiente na amostra do total dos 286 sujeitos foi de 0.87, o que é um valor relativamente alto.

A validade da versão portuguesa da escala da solidão foi examinada relativamente a vários critérios. A correlação entre uma questão de autoavaliação acerca da solidão e a

nota global obtida para a solidão é altamente significativa ( $r = .46$ ,  $p < 0.001$ ). Os sujeitos com scores altos na escala da solidão descrevem-se como sentindo-se mais sós que as outras pessoas.

A validade da escala da solidão é, também, fornecida pela ligação dos scores da solidão com outros estados emocionais. O score de solidão está significativamente correlacionado com o sentir-se abandonado ( $r = .35$ ), aborrecido ( $r = .13$ ), angustiado ( $r = .24$ ), ansioso ( $r = .19$ ), culpabilizado ( $r = .17$ ), deprimido ( $r = .29$ ), desvalorizado ( $r = .36$ ), frustrado ( $r = .38$ ), incompreendido ( $r = .38$ ), insatisfeito ( $r = .35$ ), insociável ( $r = .45$ ), rejeitado ( $r = .44$ ), triste ( $r = .19$ ), envergonhado ( $r = .28$ ) e com não sentir amor ( $r = .23$ ). O score de solidão não está correlacionado com o sentir-se encolerizado e sensível.

#### 4. — DISCUSSÃO

A adaptação portuguesa da Escala de Solidão da UCLA apresenta uma boa consistência interna. A validade concorrente é mostrada através das relações entre os scores da escala e as autoavaliações da solidão actual. Enfim, as relações entre os scores de solidão e diversos estados emocionais também provam a validade da escala.

Embora os resultados deste estudo mostrem a utilidade da Escala de Solidão da UCLA como medida da solidão, é necessário não se esquecer que a validade de uma medida nunca está «provada». Em estudos posteriores espera-se dar mais alguns contributos para a validade da escala de solidão.

Neste estudo não se encontraram diferenças nos scores de solidão, segundo os sexos, o que pode parecer um resultado paradoxal. É frequentemente assumido que as mulheres em comparação com os homens são mais emotivos e apresentam maiores taxas de certas doenças mentais (Clancy, & Gove, 1974). Por exemplo, estudos epidemiológicos demonstram, de modo consistente, uma maior incidência de depressão nas mulheres que nos homens (Weissman, & Klerman, 1977). Seria, pois, de esperar, tendo em conta a tendência geral para reacções emocionais negativas serem mais frequentes nas mulheres, que estas sentissem mais frequentemente a solidão que os homens. Contudo, os estudos efec-

tuados sobre a solidão não são concludentes sobre as diferenças sexuais na solidão. Por um lado, no estudo de validação da Escala de Solidão da UCLA os autores (Russel, Peplau, & Cutrona, 1980) não encontram diferenças segundo o sexo. Por outro lado, Weiss (1973) assinala, através do recurso ao inquérito, que as mulheres estão mais aptas a sentirem-se sós que os homens. Esta diferença de resultados pode, provavelmente, ser atribuída à medida utilizada. Globalmente, os estudos que utilizam a escala da UCLA, e foi o nosso caso, não encontram diferenças. Já se assinalou que esta escala não questiona directamente os sujeitos sobre se se sentem sós, mas procura avaliar a solidão indirectamente. Quando se recorre à avaliação directa como é o caso das asserções em inquéritos, diferenças segundo o sexo tendem a emergir, as mulheres assinalando mais frequentemente a solidão que os homens. Entre as explicações possíveis para os homens autocensurarem a expressão da solidão pode-se invocar a influência social. A reticência dos homens em assinalarem a solidão está em consonância com os estereótipos sexuais. Segundo estes estereótipos não se espera que os homens exprimam as suas «fraquezas» emocionais. Da conjugação de respostas negativas susceptíveis de emergirem a partir de comportamentos que não se moldem às percepções estereotipadas e dos processos de aprendizagem os homens conformam-se com os estereótipos vigentes.

Em conclusão, a solidão é um problema psico-social grave, sendo necessário ainda conhecer-se melhor as suas causas e consequências em vista da sua prevenção. Resta esperar que a adaptação para a população portuguesa da Escala de Solidão da UCLA contribua para o aprofundamento deste tópico tão importante da Psicologia.

#### Resumo

No presente trabalho, após uma breve alusão ao desenvolvimento da escala de solidão da UCLA, é apresentada a adaptação portuguesa desse instrumento junto de estudantes universitários.

A versão original da escala revista é composta de 20 questões que são cotadas de 1 a 4.

A versão proposta para a população portuguesa compõe-se de 18 itens. Esta escala revela uma boa consistência interna. A correlação entre uma classificação pessoal da solidão e a nota global da escala foi de 0.46, revelando-se positiva, e altamente significativa, o que é sugestivo de uma boa validade. A validade da escala também se confirmou através das correlações entre a solidão e outros estados emocionais.

### Résumé

Dans cette étude, après une brève référence au développement de l'échelle de solitude de l'UCLA, on présente l'adaptation portugaise de cet outil, chez des étudiants.

La version originale de l'échelle révisée comporte 20 questions cotées de 1 à 4.

La version proposée pour la population portugaise comporte 18 itens. Cette échelle montre une bonne consistance interne. La corrélation entre un classement personnel de la solitude et la note globale de l'échelle a été 0.46, ce qui suggère une bonne validité de l'outil. La validité de l'échelle a aussi été confirmée à travers des corrélations entre la solitude et d'autres états émotifs.

### BIBLIOGRAFIA

BRADBURN, N. (1969) *The structure of psychological well-being*. Chicago: Aldine.

CLANCY, K., & GOVE, W. (1974). Sex differences in mental illness: an analysis of responses bias in self reports. *American Journal of Sociology*, 80, 205-216.

CRONBACH, L. (1960). *Essentials of psychological testing*. New York: Harper & Row.

CUTRONA, C. (1982). Transition to college: loneliness and the process of social adjustments. In L. Peplau, & D. Perlman (eds.), *Loneliness: a sourcebook of current theory, research and therapy*. New York: John Wiley & Sons, 291-309.

EDDY, P. (1961). *Loneliness: a discrepancy within the phenomenological self*. Unpublished doctoral dissertation, Adelphi College.

GORDON, S. (1976). *Lonely in America*. New York: Simon & Schuster.

HOROWITZ, L., & FENCH, R. (1979). Interpersonal problems of people who describe themselves as lonely. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 47, 762-764.

JACOBS, J. (1971). *Adolescent suicide*. New York: Wiley.

LYNCH (1976). *The broken heart: the medical consequences of loneliness in America*. New York: Basic Books.

MOORE, D., & SCHULTZ, N. (1983). Loneliness at adolescence: correlates, attributions, and coping. *Journal of Youth and Adolescence*, 12, 95-100.

NETO, F. (1986). Escala de consciência de si próprio: adaptação portuguesa. *Cadernos de Consulta Psicológica*, 2, 13-21.

NETO, F. (1987). *L'évaluation de la conscience de soi: réplique portugaise*. Poster présenté au 2<sup>ème</sup> colloque de l'Arc, Fribourg, Suisse, Octobre.

NERVIANO, V., & GROOS, W. (1976). Loneliness and locus of control for alcoholic males: Validity against Murray need and Cattell trait dimensions. *Journal of Clinical psychology*, 32, 479-484.

PALOUTZIAN, R., & ELLISON, C. (1982). Loneliness, spiritual, well-being and the quality of life. In L. Peplau, & D. Perlman, *Loneliness a sourcebook of current theory research and therapy*. New York: John Wiley & Sons.

PEPLAU, L. & PERLMAN D. (Eds.) (1982). *Loneliness: a sourcebook of current theory, research and therapy*. New York: John Wiley & Sons.

RUSSEL, D. (1978). *Conceptual and methodological issues in studying loneliness*. Paper presented as part of the symposium «Toward a Psychology of Loneliness», American Psychological Association Convention, Toronto, Canada, September.

RUSSEL, D., PEPLAU, L., & CUTRONA, C. (1980). The Revised UCLA Loneliness Scale: Concurrent and discriminant validity evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39, 472-480.

RUSSEL, D., PEPLAU, L., & FERGUSON, M. (1978). Developing a measure of loneliness. *Journal of Personality Assessment* 42, 290-294.

SISENWEIN, R. (1964). *Loneliness and the individual as viewed by himself and others*. Doctoral dissertation: Columbia University.

SOLANO, C. II. (1980). Two measures of loneliness: a comparison. *Psychological Reports*, 1980, 46, 23-28.

VAZ SERRA, A. (1986). O Inventário Clínico do Auto-Conceito. *Psiquiatria Clínica*, 7 (2), 67-84.

WENZ, F. (1977). Seasonal suicide attempts and forms of loneliness. *Psychological Reports*, 40, 807-810.

WEISS, R. (1973). *Loneliness: the experience of social and emotional isolation*. Cambridge, Mass: MIT Press.

WEISSMAN, M., & KLERMAN, G. (1977). Sex differences and the epidemiology of depression. *Archives of General Psychology*, 34, 98-111.