

ACTUAÇÃO COMPORTAMENTAL DO INDIVIDUO FACE À COVID-19

BEHAVIORAL PERFORMANCE OF THE INDIVIDUAL FACE TO COVID-19

“Todos nós nascemos originais e moremos cópias” (Carl Jung).

Mafuamau Álvaro (mafuamaualvaro@gmail.com)

RESUMO

O estudo foi realizado com objectiva analisar de forma explicativa, a actuação comportamental do individuo face a situação de Covid-19. Uma pesquisa efectuada para consulta pública dos agentes académicos e não só. O artigo tem uma pesquisa explicativa na base de uma abordagem qualitativa, percebemos a essência da mesma e os objectivos, tendo como ponto de partida a observação empírica da situação do comportamento humano. Nesta fase, muitas sociedades actuam de forma leve sobre as medidas de prevenção ou de biossegurança já que muitos países subdesenvolvidos, em África por exemplo, apresentam dificuldades nas vias de comunicação assim como

na energia eléctrica facto que atrasa a chegada de informações. O presente estudo, levou nos a reflectir sobre dois aspectos fundamentais **a origem do comportamento, seu significado, aplicação e o vírus relacionado ao psiquismo humano.** Estas abordagens levaram – nos a aplicar métodos como indutivo – dedutivo, histórico, observação primária, sociométrico, pesquisa de arquivos que permitiram compreender que a actuação comportamental do individuo diante a situação de Covid-19, está caracterizado pelo sentimento de medo, provocando stress devido a incongruência no modo de vida e a interacção entre os membros.

Palavras – Chave: Comportamento, covid-19, indivíduo e psiquismo.

1. INTRODUÇÃO

O comportamento humano é caracterizado por conjunto de reacções que um individuo apresenta perante uma situação ou um problema /dificuldade. A reacção baseada na presença de um vírus, é uma incógnita para motivação do sujeito no seu modo vivendi e, as reacções perante o meio em que o sujeito está inserido. Sendo a aprendizagem qualquer alteração do organismo, apresentamos o problema de forma declarativa sobre a actuação comportamental face a covid-19, que levou – nos a uma pesquisa explicativa com o objectivo de analisar as reacções de cada individuo perante esta situação.

« mais uma vez, a escola pode ter um papel muito importante enquanto influenciador de mudança. É um espaço privilegiado para aprender a dar e pedir ajuda a expressões, opiniões, sentimentos acordos e desacordos a defender ideias e direitos próprios a ver o ponto de vista do outro a lidar com o fracasso e exclusão com a zanga de stress» (FONSECA, 2012).

O artigo presente está composto por (05) cinco secções, a primeira é a **introdução** onde fizemos o percurso geral do trabalho, na secção seguinte a **revisão da literatura** com enfoque á várias situações e teorias que visam assegurar ideias sobre o comportamento humano, abordando os tipos de comportamentos, as componentes de atitude (comportamental, afectiva e cognitiva), as motivações externas e internas, as reacções afectivas (emoções, sentimentos, amor e paixão), a personalidade baseada nos aspectos culturais, o psiquismo e o vírus, assim como algumas medidas de prevenção contra covid-19 para cortar a cadeia de transmissão do vírus, algumas consequências provocados pelo vírus (consequências

psicológicas, sociológicas, económicas e culturais). Todos estes aspectos levaram – nos a destacar algumas literaturas, baseada nas obras dos teóricos como: **Bock 2009, Lannoy 1978, Fisher 2002, Fenouillet 1997, Doron e Parot 2001, Alexandre 2004 e Fonseca 2012**. A terceira secção que caracteriza a **metodologia** com a abordagem do tipo de pesquisa explicativa, assegurada em modelo qualitativo como os métodos do nível teórico – prático. A quarta refere – se a **conclusão** onde apresentamos o resultado final da nossa pesquisa. Na última secção enquadra a **bibliografia** na qual apresentamos algumas obras utilizadas como arquivos consultados durante a pesquisa.

O estudo reveste – se de grande importância, se partirmos da ideia de que a covid-19, afecta o estado psico - emocional do individuo e a forma de manifestação desta atitude compõe o comportamento perante o meio. Depois de uma declaração explicativa do fenómeno em estudo, chegamos a ideia de que a actuação comportamental do individuo face a covid-19, é baseado em factores internos e externos como medo, stress, a introversão, comportamento insociável, angústia, diante dos factores externos e de convivência social.

2. REVISÃO DA LITERATURA

2.1-ORIGEM E SIGNIFICADO DO COMPORTAMENTO HUMANO

O homem, é um ser bio, psico – social, na medida em que possui uma estrutura anatómica dos órgãos que permitem o ciclo vital, quando reage perante situações da realidade objectiva e subjectiva de acordo as manifestações comportamentais e a sua inserção no meio e a capacidade de interagir e responder aos fenómenos sociais, que caracterizam o ser como social. Toda situação não agradável, pode determinar ao sujeito a maneira ou o carácter da conduta humana, seja específica e distinta a resposta da situação frustrante diferenciada á solução resultante dos processos considerados activos e reflexivos.

O termo **Behaviorismo**, ou **comportamentalismo** é oriundo da língua Inglesa **Behavior** (significa comportamento). É uma das correntes influente no surgimento e desenvolvimento da Psicologia Científica, Corrente liderada por **John, Broadus Watson** (1878-1958), que se baseava numa aprendizagem mecânica sustentada nos históricos anteriores ou os já vividos.

A palavra comportamento é do étimo latino “comportare”, que significa o modo de agir, as atitudes perante uma situação, carregar, trazer junto com... ou seja: conjunto de acções reflectidas no meio social, acção ou acto de comportar – se.

O comportamento é um sistema de reacções na dinâmica social ou individual de um determinado organismo perante o meio em que está inserido de acordo o temperamento dominante. «O comportamento é entendido como interacção entre o

individuo e o ambiente, é uma unidade básica de descrição e o ponto de vista ou de partida para uma ciência do comportamento» (**BOCK, 2009**).

Existem vários modelos psicológicos que, influenciam na convivência. Entre os quais seleccionamos o comportamentalista para situação que o mundo está vivendo que é a COVID-19, pois que, este modelo baseia – se nas **acções motivacionais, afectivos e cognitivos** do sujeito. As emoções aumentam e os sentimentos também na medida que a atitude de outrem influencia o nosso comportamento.

«o comportamento é o conjunto de actividades cognoscitivas motoras e afectivas» (**LANNON, 1978**). «...a formulação causal até mesmo o determinismo entre um estímulo e reacção comportamental. Podemos considera – lo como uma espécie de axioma de causalidade. Isto permite explicar a aprendizagem de novos comportamentos na medida que se reforçam as respostas anteriormente produzidas» (**FISCHER, 2002**).

O comportamento é uma componente que acompanha as actividades humanas ou a manifestação das actividades desenvolvidas pelo sujeito em todos níveis e sectores, se percebermos que não existe homem sem o comportamento que é a reacção sobre as acções do mundo em que está inserido. Um organismo reage de forma diferente, dependendo da situação presente que lhe é imposta, a forma como um individuo actua no momento está sempre ligado á uma situação anterior, assim com a resposta actual do organismo condicionará a reacção posterior logo, o comportamento nestas condições é comparado ao carácter humano.

2.1.1-Classificação do comportamento quanto às motivações

Para realizar um estudo classificativo do comportamento humano, depende em grande parte da escala em atitude do sujeito diante de uma situação, por isto, o tipo de comportamento pode variar de acordo as três condições: **o homem, meio e a situação.**

«Comportamento respondente: é o que usualmente chamamos de **não voluntário**, inclui respostas que são eliciadas ou produzido pelo estímulo antecedente do ambiente; Comportamento operante: inclui todos movimentos de um organismo dos quais se pode dizer que em algum momento tem efeito sobre ou fazem o mundo em redor. Opera sobre o mundo, quer direita ou indirectamente» (BOCK,2009).

A tipologia acima reflecte a reacção do individuo, numa determinada faixa etária, se percebermos que o comportamento operante permite a sensibilidade e movimento das crianças.

«O termo motivo é de origem latina. Em latim o verbo **movere** significa pôr em movimento ou mover. Em Psicologia quando o organismo é posto em movimento dissemos que, foi por alguns motivos com significado. Quer dizer que o motivo é o factor que determina o comportamento de uma pessoa numa dada situação » (LANNON, 1978).

A motivação, é um factor interno ou externo que tem a função impulsionadora do estado subjectivo do individuo para uma determinada atitude ou uma manifestação comportamental da realidade objectiva. É estado que direcciona o indivíduo para um

fim. O comportamento varia de acordo a circunstância, sabendo que este comportamento é passível de reforço, previsão e controlo, por isto, o comportamento pode se caracterizar em **observável** (acção da realidade objectiva) e **não observável** (o comportamento considerado como latente que os seus actos são da realidade subjectiva do sujeito). Nesta apresentação podemos comparar o comportamento observável como verbal (*linguagem que permite selecção de consequências culturais*) a latente como a não verbal (em condições de serem consequências culturais, emocionais e individuais.)

«**As motivações intrínsecas** significam que o individuo realiza actividades unicamente por causa do prazer que ela lhe proporciona. **As motivações extrínsecas**, fazem referencia á todas situações em que o individuo realiza uma actividade para ela retirar qualquer coisa agradável, tal como o dinheiro ou para evitar o desagradável» (FENOUILLET,1997).

A motivação é um processo mutável de acordo os resultados parciais das actividades realizadas, ela pode obter níveis altos ou baixos, no sentido de obter o agradável e evitar o desagradável. Nisto, as recompensas podem ser externas ou internas, **para um individuo em situação de enfermidade deve receber influencia de estímulos externos/sociais para perceber de que, a sua situação não é a pior do mundo, mas sim uma situação recuperável e pode melhorar no contexto de atitudes, dos interesses, da vontade e dos motivos próprios.** A motivação exógena influencia a endógena, na medida em que, o sujeito recebe recompensas ou prémios no momento de angústia pelas concepções comportamentalistas positiva e ela mentaliza a grande influência que se exerce no meio social. Uma doença **Psicossomática**, *é caracterizada com a origem ou seja*

afecção psicológica e intrinsecamente ligado com os factores internos ou psíquicos do individuo, tal como o individuo com a situação de COVID 19, uma motivação interna é mais desejável nesta situação pois que, estimula o sujeito a mover se em direcção positiva (recuperação).

A actuação comportamental do sujeito face a pandemia da COVID19, relega - o á algumas características do tipo:

- O comportamento de medo;
- Comportamento de stress;
- A introversão;
- Comportamento insociável;
- Comportamento de angústia;
- Alteração de hábitos de convivência.

Todos estes factores desestabilizam o património psicológico do individuo. O património psicológico do individuo, constitui a gama de elementos anatómico e fisiológicos caracterizados no cérebro funcionando na base do sistema nervoso e orientando as acções do homem através da sua psique. É necessário que o sujeito saiba que já houve situações mais difíceis e que sobreviveu, então deve usar todas armas necessárias para que estejamos protegidos desta pandemia. Não se deve permitir que o encéfalo como elemento de recolha de informações assim como as responsabilidades do cérebro estejam maioritariamente ocupados com a pandemia, mas sim também com outras situações de convivência social que são agradáveis para vida do sujeito, então a **atitude** a ser apresentada deve ser para levar a baixo a potência do inimigo invisível e elevar a auto estima do individuo sobre o **valor do**

homem como ser social. Para que isto aconteça é necessário que a motivação do individuo não seja alta nem baixa mas sim uma **motivação média, suave, leve**, que permita o sujeito a fazer escolhas certas da sua convivência.

2.1.2-As atitudes e suas componentes

A atitude, é a manifestação ou uma reacção sobre uma situação que tem afectação na nossa vida social e não só. A atitude considera – se a predisposição do juízo lógico que individuo tem para receber o estímulo e a percepção que se obtém quando se apresenta uma situação ou objecto.

«A noção de atitude qualifica uma disposição interna do indivíduo face a um elemento do mundo social (grupo social ou problema social...), que orienta a conduta que se adopta em presença real ou simbólica deste elemento. Uma atitude não deve ser directamente aprendida, pelo que, a sua medida necessita de um recurso a um instrumento, **escala de atitude**, composto por um conjunto de questões que permitem explorar as suas diferentes facetas. Deve assegurar – se a coerência das opiniões expressas em resposta á estas questões antes de as combinar num índice quantitativo único» (DORON e PAROT, 2001).

A atitude é um comportamento que o sujeito manifesta em diferentes momentos. **A atitude pode ser positiva como negativa** dependentemente do interesse de quem reagem e do qual a reacção actua. Uma atitude é negativa quando o seu resultado não é satisfatório, caso suceda o contrário, a atitude é positiva.

A atitude pode categorizar – se em três elementos:

1. **Componente cognitiva:** esta porção de atitude caracteriza o conhecimento que o indivíduo possui sobre uma determinada situação ou fenómeno;

Exemplo: **A COVID 19 é uma pandemia fatal**

2. **Componente afectiva:** de acordo com o factor emocional e sentimental, o indivíduo tem o medo ou o amor, independentemente da situação ou do conhecimento que ele já possui se é positivo ou negativo.

Exemplo: **o medo de ser infectado com a COVID19**

3. **Componente comportamental:** caracteriza a reacção do organismo perante a situação.

Por exemplo: **vou regular todos meus hábitos de convivência e cumprir com todas medidas de prevenção contra esta PANDEMIA:**

Neste momento, é necessário que o sujeito apresenta – se com uma atitude no positivista para combater o mal que assola o mundo (COVID- 19), partindo no modo de ser, de agir e de estar do ponto de vista da interacção social, cumprindo com todas medidas de biossegurança, para cortar a cadeia de transmissão do vírus.

Existe aquilo que se considera, **comportamento de risco**, em que podemos considerar duas crianças ou dois indivíduos com o mesmo ambiente familiar. Mas pelas suas atitudes podem ter reacções diferentes. Mesmo que haja maior capacidade de construir os sentimentos positivistas sendo estes motivos de uma escola inovadora, com o objectivo de mudança, assim como a família na transmissão de valores éticos, morais e culturais. Porque da diferença de dois adolescentes com a mesma educação familiar? Estes fenómenos acontecem em alguns casos por meios da influencia dos grupos e a falta de conhecimento de si próprio do adolescente, pois que, **para este a vida é tal como ele o deseja.**

2.1.3- A esfera afectiva e a COVID-19

O estudo no campo da Psicologia demonstra que, os fenómenos psíquicos (estados psíquicos) constituem a vida activa do sujeito, e a preocupação central desta ciência que caracteriza o comportamento humano. Os fenómenos psíquicos são caracterizados por processos psíquicos, estados psíquicos e propriedades psíquicas. Nos estados psicológicos encontramos a esfera afectiva que caracteriza as emoções e os sentimentos humanos.

« os afectos podem ter sua origem em acontecimentos fora do individuo, isto é, a partir de uma estímulo externo do meio – físico ou social, a qual se atribui um significado com tonalidade afectiva. Por exemplo agradável ou desagradável. A origem dos afectos poder surgir ou nascer do interior do individuo. Por exemplo uma **fantasia sexual** . No estudo da vida afectiva temos: **Emoções:** como um estado agudo e transitório como por exemplo a ira. **Sentimentos:** como estado mais atenuado e durável, exemplo: a gratidão, a antipatia» (BOCK, 2009).

Para que haja afectividade para as partes, que se encontram em condição de interacção desfavorável, (covid -19) têm que ser descritas as faculdades de afectividade que são as emoções e o sentimentos, mas aquelas dificuldades que são pontuais. Os elementos das emoções ou características das emoções como: medo, a raiva, frustração a indecisão a inferioridade, a superioridade podem ser geridos com a liderança do método histórico para análise do passado do sujeito baseando – se em princípios que se seguem:

- Conhecimento das emoções identificadas;
- Gerir a realização sócio – cultural e temporal do surgimento das emoções;
- Análise e descrição das reacções físico anatómicas;
- Compreender e descrever a componente comportamental;
- Definir procedimentos de resolução.

Do ponto de vista social, as emoções estão relacionadas aos sentimentos ou seja dois elementos que se completam. Já no contexto da reacções psíquicas, as emoções podem apresentar maior intensidade em relação os sentimentos, apesar deste último ser mais profundo.

A expressão afectiva vem de afecto, aproximação, amor, paixão carinho que actua no sentido positivo nas emoções e nos sentimentos do indivíduo. Esta realidade é aparente, pois que, os elementos podem favorecer um indivíduo e prejudicar o outro ou seja as **emoções e sentimentos podem ser positivos ou negativos**, como: *a tristeza, abandono, traição, afastamento, agressão, são afecto considerados negativos.*

Para o controlo de uma doença, ou prevenção da mesma, é necessário que haja o amor entre os membros da família, ou a paixão entre os intervenientes para permitir um maior aconselhamento. Considerando que existem elementos com doenças crónicas como bacilo de coco (tuberculose), glicemiase (diabéticos), ... constituem grupos de risco da COVID - 19, logo, os médicos, psicólogos, sociólogos, e outros membros que trabalham no aconselhamento deve manifestar o seu afecto de aproximação, amor, paixão aos pacientes para que se sintam valorizados na

sociedade, e com os maiores cuidados, para que o estado serológico, não se altera por saber que faz parte do grupo de risco da COVID 19.

Este vírus é caracterizado por obstruir as vias respiratórias com muco espesso, solidifica e bloqueia as vias aéreas e os pulmões. *Para administrar uma indicação, estas vias devem estar abertas e não obstruídas de modo que o tratamento seja feito e demore algum tempo. Para sua protecção, devemos consumir muitos líquidos quentes, como chá, sopa, água morna, para manter a boca húmida e o vírus entra directamente pelo estômago e será neutralizado pelo ácido do estômago, assim evita que o vírus chegue até aos pulmões.* Se tiveres algum sintoma utilize os métodos anteriores e contacte as entidades ou unidade de saúde mais próxima da sua localização, o vírus dura na garganta 3 a 4 dias para chegar aos pulmões. Para isto é muito importante a afectividade como elo motivador da actuação comportamental do individuo. O melhor método de evitar a presença do vírus é a prevenção, cumprindo com todas medidas de biossegurança apresentadas pelos especialistas da saúde ou técnicos ligados a área da virologia

2.1.4-A personalidade Baseada nos aspectos Culturais

A personalidade do homem significa suas características morfológicas do seu carácter, temperamento, aptidões e tendências de convivência com os outros. Desta forma a cultura indica o conjunto de valores, éticos, étnicos e morais de uma determinada sociedade, ou seja as regras básicas de um determinado povo.

«A personalidade é o conjunto de propriedades psicofísicas que resumem socialmente o comportamento do individuo, sendo estas propriedades as características do mesmo indivíduo» (ALEXANDRE, 2004). Sabendo que a

expressão personalidade vem do latim persona, que caracteriza a máscara ou seja segunda pessoa escondida na máscara, só é descoberta através das atitudes, o seu modo de ser, agir, estar, conviver e fazer as coisas.

A convivências de cada um dos povos, através de crenças, arte, moral, leis, costumes e todos outros hábitos e aptidões apresentadas por um individuo membro de um determinado povo caracteriza a sua cultura. Logo a situação actual da **COVID 19**, relega o contrário a respeito da cultura de alguns povos como os do reino do kongo, o abraço é fundamental para solicitar a saúde de outrem, assim como a expressão facial. Mas com esta situação da pandemia parece nos a cultura sofrer alguma mutação radical por força da pandemia, com o uso da máscara e o distanciamento social.

«As teorias implícitas da personalidade são igualmente funções das nossas motivações as quais privilegiam ou distorcem determinadas informações em detrimento das outras. Mas precisamente essas motivações podem estar relacionados com a tentativa de alcançar objectivos pessoais e desempenhar por exemplo o papel do reforço de uma percepção.»(FISCHER, 2002)

A personalidade sofreu uma alteração radical de acordo as mudanças que o temperamento e o carácter do sujeito vão sofrendo por implicações da COVID 19, a forma como o sujeito manifestava o seu comportamento antes desta pandemia já não é a mesma.

O individuo actua de forma cautelosa e diferente da sua vida normal, com o sentimento de medo e reserva da sua vida, pela posição que cada elemento ocupa na sociedade já que este vírus inimigo invisível não tem raça, etnia, crença, mais pode afectar qualquer sujeito em qualquer momento.

2.1.5-Algumas consequências da COVID-19

Uma consequência consiste em efeitos manifestados por um sujeito, uma coisa ou um problema, cada consequência tem a sua origem que pode ser humano, situacional ou causal. Uma consequência pode ser positiva ou negativa, nisto, a COVID-19 apresenta várias consequências entre elas destacamos as seguintes:

- a) **Consequências psicológicas:** A afectação do sistema nervoso influencia no comportamento humano, na medida que as actividades do homem com a situação da COVID-19, seja o sujeito infectado como os seus contactos, as suas acções sofrem desvio, pois que, esta situação altera o estado emocional do individuo, logo esta consequência é do carácter interno mais que se manifesta através das atitudes que o homem apresenta diante da situação.

Em caso de faixa da adolescência, estes tem pouco de sono, dormem as 23 horas em grande parte e acordam as 6 horas diferente do recomendado, logo a psique apresenta dificuldades em memorizar e proporcionar maior saúde apesar de anticorpos tão resistentes nesta faixa etária, com o ressentimento e o medo da Pandemia ali vem a perda de sono o que provoca **medo, baixa auto estima, introversão, fraca memorização, atitudes negativas perante os outros indivíduos que não seja da família, a fobia, a ansiedade, falta de afecto, falta de amor, paixão,...** todos estes elementos provocam desmoronamento do bem estar social e individual.

- b) **Consequências económicas:** economicamente, o mundo em geral sofre consequências neste campo, na medida em que, as cercas sanitária impossibilitam a emigração e a imigração, esta situação permite que haja carências dos bens de necessidades básicas e a consequente aumento da

inflação, logo economicamente o mundo regista maiores baixas por falta de realização na normalidade do mercado mundial. As famílias de baixa renda que dependem em grande parte de pequenos negócios, sentem-se dificultados de realizar seus pequenos negócios, então a produtividade nacional baixou, permitindo maior dificuldades das populações e as dificuldades económicas de vários países do mundo.

A economia de um país, uma região ou um distrito depende, em grande parte de participação de dois recursos fundamentais: os recursos **matérias/financeiros e os humanos**. Logo, a falta de oportunidades e disponibilidade físico emocional dos mesmos face a pandemia, as famílias ou os países com o asseguramento da sua economia em agricultura, indústria, tecnologias de extrema tem as suas reservas comprometidas face a pandemia COVID - 19, concomitantemente maior inflação na cesta básica das populações.

- c) **Consequências culturais:** a cultura sendo o conjunto de valores, crenças, leis, costumes... engloba a convivência de um povo de acordo os princípios concordados entre os membros determinantes do mesmo grupo. Os princípios culturais de abraçar, e manter contactos com os adultos estas alterados por esforço de isolamento social. Existe hoje uma única cultura universal que se identifica com: a lavagem frequente das mãos, uso de máscaras nos locais públicos e isolamento.

A pandemia impôs as famílias novas regras de convivência, grupos há que que se alimentavam sem os talheres, mas com a força desta situação houve mudanças, os grupos culturais e éticos e tribais aumentam os níveis de separação, visto que é nesse a aproximação de indivíduos para troca de

ideais culturais situações impossível por causa da pandemia. A realização de festas ou funerais ficaram com números de indivíduos limitados com o distanciamento social.

- d) **Consequências sociológicas:** sociologicamente a COVID 19 trouxe grandes consequências se partirmos de ponto de vista de que a aprendizagem ou aquisição de informação adquire se baseando na socialização seja primária (meio familiar), assim como a aprendizagem secundária (outros grupos sociais: escola, igreja, grupos de amigos etc.). a COVID 19 trouxe maior consequências já que não há troca de experiências nestes campos como a forma anterior. A integração social dos grupos tem a sua consequência na fraca ou troca de experiências já que devem ser feitos de forma cautelosa cumprindo com as medidas de biossegurança.

2.2-A COVID-19

2.2.1-O vírus e o psiquismo

Vírus é uma palavra com o surgimento no étimo latino, “virus” como conjunto ou sistema de fluidos ou toxinas que são diminutos e realizam as suas acções em outros corpos chamados **células hospedeiras**. Os vírus produzem veneno que se alastra no hóspede e cria mal estar físico e mental. As doenças causadas pelos vírus chamam - se de viroses. As vacinas ou seja o contra veneno é um fármaco de vacina obtido através do próprio vírus.

A maioria dos vírus causam sintomas comuns:

- Dor de cabeça;
- Mal estar do infectado;
- Febre;
- Dor nas articulações;
- Déficit respiratório;
- Cansaço.

A situação do vírus, inclui a afectação **do sistema nervoso** e descoordena as actividades endógenas e exógenas do organismo, por isto, é necessário o controle do **encéfalo** que é responsável na aquisição das informações e aplicação das funções reguladoras (rectificadora), orientadora (d direcção) e intensificação (impulso dos actos) da psique humana.

Podemos fortificar os anticorpos e controlar o vírus com alguns procedimentos como:

- a) Descanso (repouso);

- b) Evitar o stress;
- c) Evitar situações de choque;
- d) Boa alimentação;
- e) Controlo de Ansiedade (o impulso do alcançar o resultado precocemente);
- f) Controlo das emoções e sentimentos;
- g) Realização de actividades físicas...

O **psiquismo** é um sistema formado por elementos ou propriedades psicológicas ou o conjunto de fenómenos psíquicos que caracterizam os processos, estados e propriedades psicológicas. Estes elementos coordenam toda acção da realidade subjectiva do individuo, na condição do sujeito ligado a COVID-19, está desequilibrado de acordo o funcionamento do seu organismo no contexto psicológico. Antes que a COVID - 19 tenha maior repercussão nos estados psíquicos especificamente, nos sentimentos de medo e emoção que afecta o sistema nervoso, facto este que, situação que baixa a estima do individuo.

Deve ser valorizado o elemento psicológico para o combate a COVID - 19, mas para que isto seja efectivado é necessária que a psique seja reforçada com palavras de **amor, paixão, sentimentalistas**, para que isto ocorra é necessário observar as funções da Psique:

- *Função orientadora, de direcção e guia dos actos humanos;*
- *Função de intensificação dos impulsos dos actos;*
- *Função regulador e de rectificação dos actos.*

A primeira dá direcção ao homem para tomar uma determinada posição, quando um homem estiver infectado, usando o método de fuga ou de confronto, a segunda

função impulsiona para que o sujeito se sinta realizado ou não, os motivos do reforçamento das acções da realidade objectiva já a terceira função rectifica as acções que não correspondem a expectativa da psique, servindo do regulador, e análise e rectificação. Compreende – se que com esta situação, o vírus que afecta a parte somática, ele afecta também o psicológico por isto as doenças oriundas de afectação dos vírus podem ser consideradas psicossomáticas, por isto o seu tratamento deve ser psicológico e farmacológico, na medida que o sistema nervoso orienta todas nossas vivencias do passado, do presente e prever o futuro.

2.2.2-Medidas de prevenção

Para realizar uma investigação á abordagem das medidas de prevenção, é necessário que se conheça , antes porém o individuo. A maior preocupação prende – se aos adolescentes apesar da complexidade da pandemia que não tem referênciã, mas seleccionamos os adolescentes por ser um grupo de desafio com a vida. A incompatibilidades dos mesmos a três dimensões: **Mudanças á nível psico – físico** (desenvolvimento corporal e complexidades mentais pela crise de identidade nesta fase), **a nível das relações da socialização primária** (a família constitui a base da educação inicial, logo o adolescente começa a entrar em choque com os valores recebidos dos pais confrontando muitas vezes as suas criações). **Esta socialização constitui o momento considerado o rompimento das fronteiras das orientações educacionais, logo há maior preocupação da família para a vida adulta. Então a família deve evidenciar esforços para que as medidas abaixo seja observadas de modo a cortar a cadeia de transmissão do vírus e a nível da interacção com os grupos de socialização** (referimo – nos ao estado de socialização secundária que são a escola, a igreja, grupo de amigos..)

Algumas medidas de prevenção:

- Não tocar em corrimão ou maçanetas;
- Comer muita fruta para elevar o nível de vitamina C;
- Não fumar;
- Evitar o consumo de álcool;
- Lavar as mãos de 20 em 20 minutos, com sabão espumante durante 20 segundos;
- Evitar bebidas e comidas geladas;
- Manter o distanciamento de 1,5 metros;
- Usar a máscara nos locais públicos;
- Lavar as mão ou desinfectar com álcool gel ante e depois de tocar em objectos nos locais públicos.

Muitas vezes percebe – se uma situação ligada a falta de informações á algumas comunidades em que a energia e as vias de comunicação não existem para que os indivíduos se desloquem e passam a informação sobre o inimigo invisível que assolou o mundo.

3. METODOLOGIA

A secção que referencia os procedimentos metodológicos, apresentam a sua origem nos objectivos. A pesquisa realizada tem a finalidade de analisar a actuação comportamental do individuo face a pandemia covid-19. Para uma compreensão clara do problema em função das finalidades utilizamos a pesquisa do tipo explicativa, que se enquadra numa observação empírica assim como uma abordagem qualitativa.

Quanto aos procedimentos metodológicos, auxiliámo-nos, numa pesquisa bibliográfica ou documental com relação aos vários métodos do nível teórico – prático tais como indução – dedução, o método histórico, a observação primária que permitiu constatar o problema partindo das experiencias pessoais do autor do ponto de vista da reacção psico emocional quanto a pandemia. Aplicamos também o método sociométrico para concatenar as interacções entre sujeitos envolvidos numa determinada situação, sendo um método que permite realizar analise de relações interpessoais ou inter grupos em diferentes culturas e sociedades. Por último a pesquisa de arquivos que nos permitiu garantir a confiança, confiabilidade e objectividade, buscando vários teorias de diferentes autores que tem abordado a problemática do comportamento durante a interacção do sujeito com a situação frustrante.

Toda esta sucessão de actos que são interligados de forma coerente que permitiu o alcance dos valores ou resultados finais ou conclusão sobre uma busca realizada sobre a actuação comportamental do individuo face a covid-19

4. CONCLUSÃO

As conclusões, são os resultados finais de uma pesquisa ligada á um problema, fenómeno ou pessoa. Neste trabalho indagámo – nos sobre: Quais são as formas de actuação comportamental do individuo quando este estiver diante da situação da pandemia da covid-19? Sobre esta questão levantamos várias ideias destacando o significado do comportamento humano, suas reacções químico emocionais face a esta pandemia, assim como as influências que este apresenta diante do funcionamento do sistema nervoso central do individuo, com a especificação no encéfalo como elemento responsável pela informação. Com base ao objectivo da pesquisa, analisado o problema compreendemos que o comportamento humano depende do impulso ou seja da motivação seja ela interna como externa como catalisador da atitude nas suas componentes cognitivas, afectivas e comportamentais, pois que, a pandemia provoca consequências de ordens psicológicas, sociológicas, económicas e culturais. Razão pela qual o indivíduo tem uma actuação comportamental com o sentimento de medo de ser infectado pelo inimigo invisível. Todas questões levantadas aqui sobre o procedimento de eliminação ou controlo deste vírus é a obediência as medidas de biossegurança para cortar o mais rápido possível a cadeia de transmissão deste vírus.

5. BIBLIOGRAFIA

- ALEXANDRE, D. S. (2004)- ***Psicologia como ciência da Psique, Tomo I.*** Publicações DILANEL, Angola- LDA.
- BOCK , A. M. B. et al (2009)- ***Uma introdução ao estudo da Psicologia,*** editora Saraiva, S/ Paulo.
- DORON, R . e PAROT, F. (2001)- ***Dicionário de Psicologia,*** Climepsi editora, 1ª edição Lisboa.
- DORIN, L. (1978)- ***Psicologia Geral. 11ªedição,*** São Paulo, editora Brasil S/B.
- FONSECA, H. (2012)- ***compreender os adolescentes.*** 6ªedição, editora presença.
- FISCHER, G-N. (2002), ***Os conceitos fundamentais da Psicologia Social,*** Piaget Editorial, Lisboa.
- LIEURY, A. e FENOULLET, F. (1997)- ***Motivação e sucesso escolar,*** Editorial Presença, 1ª edição Lisboa.



Mafumau Álvaro

mafumaualvaro@gmail.com) *Mestrado em Gestão e Organização escolar no Instituto Superior de Ciências Educativas- Portugal. Bacharel e licenciado em Psicologia de Educação, Actualmente Docente no Instituto Superior de Ciências de Educação ISCED- Uige/ Angola.*