

ANÁLISE CRÍTICA OPP

Contributos da Psicologia para a Transição Digital

Contributos da Psicologia para a Transição Digital, publicado pela Ordem dos Psicólogos Portugueses.

A informação que consta deste documento, elaborado em Março de 2021, e na qual ele se baseia foi obtida a partir de fontes que os autores consideram fiáveis. Esta publicação ou partes dela podem ser reproduzidas, copiadas ou transmitidas com fins não comerciais, desde que o trabalho seja adequadamente citado, conforme indicado abaixo.

Sugestão de citação: Ordem dos Psicólogos Portugueses (2021). Contributos da Psicologia para a Transição Digital. Lisboa.

Para mais esclarecimentos contacte Ciência e Prática Psicológicas:
andresa.oliveira@ordemdospsicologos.pt

Ordem dos Psicólogos Portugueses Av. Fontes Pereira de Melo 19 D 1050-116 Lisboa T: +351 213 400
250 Tlm: +351 962 703 815 www.ordemdospsicologos.pt

Estamos a entrar numa nova era – uma **era digital** – e as novas tecnologias que dela emergem, embora desafiantes, prometem ser ferramentas poderosas, que permitirão expandir o conhecimento, aumentar a prosperidade e enriquecer a experiência humana. Por outro lado, estas tecnologias poderão reforçar ou criar **vulnerabilidades e situações de iniquidade**, exigindo um processo de **adaptação** e a **promoção de novas competências e comportamentos digitais**.

Sendo uma Ciência do comportamento, a **Psicologia pode gerar valor e mais-valias neste processo de transição digital**, contribuindo com conhecimento e evidências científicas em múltiplas dimensões (por exemplo, social, comportamental e ética).

Enquanto associação profissional de uma profissão auto-regulada, a **Ordem dos Psicólogos Portugueses (OPP)** tem acompanhado a evolução das novas tecnologias e da sua aplicação em diferentes contextos e realidades, nomeadamente no que diz respeito ao âmbito de actuação das Psicólogas e dos Psicólogos e à promoção do Saúde Psicológica e do Bem-estar dos cidadãos. Procurando **dotar as Psicólogas e os Psicólogos de novas competências digitais, para que possam constituir agentes de mudança também no contexto tecnológico**, a OPP tem procurado **investir num conjunto de projectos nas principais áreas de transição digital**, nomeadamente:

- **Cibersegurança.** Considerada pela Comissão Europeia como a “Âncora Digital”, as acções de cibersegurança procuram tornar mais seguros os dados gerados pela digitalização. Uma vez que grande parte dos ataques digitais à segurança visam a exploração da dimensão humana, o saber acumulado da Psicologia no que toca a comportamentos, atitudes e crenças pode ajudar a fortalecer a capacidade dos cidadãos para lidar com estes ataques, contribuindo para que sejam uma espécie de “*firewalls* humanas”. A OPP tem procurado desenvolver e implementar um modelo de cibersegurança na própria organização que possa mitigar os riscos associados aos factores humanos. Paralelamente e em parceria com o Centro Nacional de Cibersegurança, tem participado na concepção e divulgação de acções de promoção de comportamentos ciberresilientes.
- **Realidade Virtual.** Em conjunto com o HEYLab, a OPP desenvolveu uma aplicação de treino do processo de tomada de decisão ética na intervenção psicológica em realidade virtual, que estará inicialmente ao dispor de todas as psicólogas e de todos os psicólogos como parte da sua formação inicial. Os objectivos passam por: 1) treinar competências de forma segura e com validade ecológica, 2) adicionar uma componente prática à formação, 3) ter contacto com novas tecnologias, 4) ter acesso a tecnologia e técnicas de ponta. Considerando as possibilidades deste tipo de tecnologia como ferramenta educacional, a OPP também tenciona promover a inclusão da Realidade Virtual e da Realidade Aumentada na formação das psicólogas e dos psicólogos, através de “Experiências Virtuais Certificadas”, que permitirão de forma segura e com validade ecológica treinar um conjunto de competências essenciais à formação em psicologia (sempre supervisionadas), em situações que de outra forma seriam ou muito custosas de replicar ou de frequência reduzida (não compensando a sua reprodução). É de

sublinhar que estas tecnologias, quando utilizadas por psicólogas e psicólogos, apresentam vantagens e utilizações que se estendem além da formação e educação dos profissionais, servindo de ferramentas para a avaliação e intervenção psicológica com evidência científica comprovada em perturbações da ansiedade, alimentação, gestão da dor, espectro do Autismo ou de Hiperactividade com Défice de Atenção, entre outras.

- **Inteligência Artificial.** Os sistemas baseados em inteligência artificial (AI) colocam desafios à tomada de decisão autónoma e ao controlo sobre a informação. As arquitecturas digitais baseadas em AI podem ajudar-nos a navegar uma grande quantidade de informação com menos esforço, contudo, sendo os algoritmos construídos por seres humanos, estão sujeitos aos mesmos enviesamentos e crenças erróneas, bem como utilizando dados históricos podem ser condicionados nas análises por essa história dos dados. isto pode traduzir-se em consequências sociais negativas (por exemplo, quando os algoritmos de processamento de dados discriminam pelo género – quando se faz uma no *Google* com o género feminino recebem-se menos ofertas de emprego e salários mais baixos do que quando se faz uma conta com o género masculino). Tal como em todas as áreas da transição digital, também nesta, as dimensões **éticas** são fundamentais. A OPP tem procurado disponibilizar o conhecimento da ciência psicológica, incentivar a reflexão, sensibilização e formação das psicólogas e dos psicólogos nesta área. Participou ainda no desenvolvimento de instrumentos e na discussão destas matérias em organizações estruturantes, como são exemplos os contributos para a elaboração das *Ethic Guidelines for Trustworthy IA* – documento orientador da Comissão Europeia – e para o grupo de discussão do OPSI – *Observatory for the Public Sector Innovation*. A ciência psicológica tem um papel importante a desempenhar, nomeadamente no desenvolvimento de algoritmos moralmente responsáveis.
- **Big Data.** As evidências dos comportamentos que deixamos no mundo digital (as nossas “pegadas digitais”) podem ser utilizadas pelas ciências comportamentais para melhorar as teorias existentes sobre o funcionamento do ser humano, para produzir novos *insights* sobre a forma como nos comportamos e interagimos. Todavia, é imperativo que a utilização deste tipo de dados seja regulada e baseada em princípios éticos e deontológicos. As psicólogas e os psicólogos podem contribuir, por exemplo, para a elaboração de metodologias de investigação com *big data* que incluam consentimento informado.
- **Desinformação e Notícias Falsas.** A *infodemia* representa grandes desafios à Ciência, à Saúde Pública e aos sistemas políticos. As psicólogas e os psicólogos podem contribuir para a literacia da informação e para o desenvolvimento de intervenções digitais que combatam e previnam a desinformação. A OPP tem produzido conteúdos que procuram aumentar a literacia da informação da população e das próprias psicólogas e psicólogos. Contribuiu ainda para a tradução e adaptação de um jogo – *Bad News Game* – que procura, em contexto lúdico, inocular os jovens face à desinformação.
- **Arquitectura Digital.** Muitos ambientes digitais são concebidos com base em arquitecturas de escolha persuasivas e manipuladoras, que nem sempre têm em

ANÁLISE CRÍTICA OPP - Contributos da Psicologia para a Transição Digital

consideração o bem-estar dos utilizadores. A ciência psicológica é indispensável para a análise destas arquitecturas e para a defesa dos seus utilizadores, garantindo a protecção da sua autonomia e capacidade de decisão.

- **Literacia Digital.** As psicólogas e os psicólogos podem dar um contributo essencial na capacitação dos cidadãos para a tomada de decisão e o autocontrolo em contexto digital, reforçando a sua autonomia e ciberresiliência.
- **Cidadania Digital.** Também é necessário fazer a transição para a cidadania digital. As evidências demonstram a existência de um efeito de desinibição que ocorre no mundo digital e que contribui para os desafios colocados ao ser cidadão e ao apelidado *civismo* online, acentuando desigualdades e desrespeito por minorias, por exemplo. Mais uma vez, as psicólogas e os psicólogos podem ter um papel importante nesta transição, quer directamente (por exemplo, através do desenvolvimento de programas de promoção da cidadania digital, da participação cívica e de comportamentos pró-sociais *online*), quer indirectamente (por exemplo, contribuindo com *insights* e *nudges* comportamentais para combater o *trolling online* – responder correctamente a algumas perguntas sobre uma notícia antes de poder realizar comentários).

A Psicologia, as Psicólogas e os Psicólogos, estão disponíveis para contribuir, com a partilha de conhecimento e competências, para a transformação e a transição digital, preservando a Saúde, a Segurança e o Bem-Estar dos cidadãos.



ORDEM
DOS
PSICÓLOGOS

www.ordemdospsicologos.pt
www.recursos.ordemdospsicologos.pt/repositorio
www.eusinto.me