



LSPA
INSTITUTO UNIVERSITÁRIO
CIÊNCIAS PSICOLÓGICAS, SOCIAIS E DA VIDA

VALÊNCIA EMOCIONAL DAS MEMÓRIAS AUTOBIOGRÁFICAS E
PERSONALIDADE NUMA POPULAÇÃO DO GÉNERO FEMININO

Joana Filipa Vicente Barbosa

Orientador de Dissertação:

PROF. DOUTOR VICTOR CLÁUDIO

Professor de Seminário de Dissertação:

PROF. DOUTOR VICTOR CLÁUDIO

TESE submetida como Requisito Parcial para Obtenção do Grau de:

MESTRE EM PSICOLOGIA

Especialidade em Psicologia Clínica

Lisboa, 2016

Dissertação de Mestrado realizada sob a orientação do Prof. Doutor Victor Cláudio, apresentada no ISPA- Instituto Universitário para obtenção de grau de Mestre na especialidade de Psicologia Clínica.

Agradecimentos

Ao Professor Victor Cláudio pelo seu apoio, simpatia, disponibilidade e motivação transmitida ao longo deste ano, que não só se tornou fundamental a nível académico como pessoal.

Ao Professor Rui Bárto Ribeiro, pelo apoio e ajuda prestada.

Aos meus colegas Micael Pereira e Inês Ribeiro pela motivação ao longo deste processo e pela ajuda em momentos de desespero.

À Joana Guedes por ter sido incansável e disponível, sem ti este trabalho não estaria concluído.

À Renata pela paciência e por toda a ajuda dada ao longo deste processo.

À minha família, um gigante obrigado por todo o apoio, em especial aos meus Pais por acreditarem sempre nas minhas capacidades, e por todos os ensinamentos de vida. Espero que esta etapa, que agora termino, possa, de alguma forma, retribuir e compensar todo o carinho, apoio e dedicação que, constantemente, me oferecem.

Aos meus amigos, pelas conversas intermináveis que muitas vezes me deram força para continuar e por estarem presentes nos bons e maus momentos.

Ao Afonso pelo seu suporte incondicional, cumplicidade e amor que me deram a maior força em momentos de fraqueza, um muito obrigado!

Agradeço ainda a todos aqueles que se cruzaram no meu caminho e que de alguma forma me fizeram crescer.

Por fim, e como forma de homenagem quero agradecer a Fábio Francisco, Maria José, Lucinda Botas e Fernando Barbosa, dedico-vos esta conquista com o maior amor que sinto, e com a maior saudade.

Resumo

Na área das memórias autobiográficas poucos são os estudos realizados apenas à população de género feminino, assim, esta investigação pretende verificar se são existentes diferenças acrescentando a variável idade, ou seja, se a evocação das memórias autobiográficas a sua valência emocional e a personalidade se altera perante as diversas fases de vida das mulheres. A amostra é composta por 62 participantes, 31 sujeitos com idades variantes entre os 18 e os 30 anos e um segundo grupo com idades entre os 31 e 61 anos de idade.

A metodologia utilizada prende-se na aplicação de escalas clínicas como a Tarefa de Memórias Autobiográficas, bem como o Inventário de Depressão de Beck, Inventário de Estado Ansiedade Traço, Big Five Inventory, Questionário de Esquemas de Young, Inventário de Sintomas Psicopatológicos e a Nova Escala Multifactorial de Depressão.

Os resultados deste estudo verificaram-se contrários ao sentido esperado, sendo que não são observadas diferenças na evocação de memórias autobiográficas de valência emocional positiva entre os grupos, não são apresentados diferenças nos tempos de latência; o grupo etário mais jovem não apresenta um maior número de evocações. Por fim, não existe um aumento da Amabilidade, Conscienciosidade com o aumento da idade, assim como não existe relação entre este aumento e a redução das dimensões de Neuroticismo, Extroversão e Abertura à experiência.

Palavras-chave: Memórias Autobiográficas, Género, Idade, Personalidade, Valência Emocional.

Abstract

In the area of autobiographical memories few studies are conducted only to the female population, so this research intends to verify if there are differences adding the age variable, that is, if the evocation of autobiographical memories their emotional valence and personality changes in different stages of life of women. The sample it is composed by 62 participants, 31 subjects with ages varying between 18 and 30 years and a second group with ages between 31 and 61 years of age.

The methodology used is the application of clinical scales such as the Autobiographical Memories Task, as well as the Beck Depression Inventory, State Anxiety Trait Inventory, Big Five Inventory, Young Scheme Questionnaire, Inventory of Psychopathological Symptoms and the New Multifactorial Depression Scale.

The results of this study were contrary to the expected meaning, and no differences were observed in the evocation of autobiographical memories of positive emotional valence between the groups, no differences were presented in the latency times; The younger age group does not present a greater number of evocations. Finally, there is no increase in Kindness, Conscientiousness with increasing age, as there is no relationship between this increase and the reduction of the dimensions of Neuroticism, Extroversion and Openness to Experience.

Keywords: Autobiographical Memories, Gender, Age, Personality, Emotional Valence.

Índice

Memórias Autobiográficas	1
Memórias Autobiográficas e a Valência Emocional	6
Memórias Autobiográficas e Personalidade	7
Memórias Autobiográficas e o Género Feminino	10
Objetivos do Estudo e Hipóteses de Investigação	16
Método	16
<i>Amostra</i>	17
<i>Instrumentos</i>	17
<i>Inventário de Depressão de Beck (BDI)</i>	18
<i>Inventário de Estado-Traço de Ansiedade (STAI-Y)</i>	18
<i>Questionário de Esquemas de Young (YSQ)</i>	20
<i>Inventário de Sintomas Psicopatológicos (BSI)</i>	21
Resultados	24
<i>Resultados das Escalas Clínicas</i>	24
<i>Resultados das Hipóteses</i>	27
<i>Memórias Autobiográficas:</i>	27
Discussão dos resultados	32
Conclusão	35
Referências Bibliográficas	38
Anexos	45

Lista de Tabelas

Tabela 1: Estatísticas Descritivas do número de memórias autobiográficas nos dois grupos etários.	28
Tabela 2: Comparação do número médio de memórias autobiográficas de valência emocional positiva nos dois grupos etários.	28
Tabela 3: Comparação dos tempos médios de latência de evocação de memórias autobiográficas entre os dois grupos etários.	29
Tabela 4: Comparação do número médio de memórias autobiográficas de valência emocional negativa em mulheres dos grupos etário mais jovem e do grupo etário mais velho.	30
Tabela 5: Comparação das médias das dimensões do Big Five Inventory entre as duas faixas etárias	30
Tabela 6: Média e Desvio Padrão do BDI	24
Tabela 7: Média e Desvio Padrão do STAI-Y	24
Tabela 8: Médias e Desvio Padrão do BFI	25
Tabela 9: Médias e Desvio Padrão dos Domínios do YSQ	25
Tabela 10: Média e Desvio Padrão Total do YSQ	26
Tabela 11: Média e Desvio Padrão das Dimensões do BDI	26
Tabela 12: Médias e Desvio Padrão das Sub escalas da NEMD	27

Memórias Autobiográficas

Para que seja possível a compreensão das memórias autobiográficas é fundamental entender quais os tipos de memória existentes, bem como qual o seu funcionamento e como é armazenada a informação e conhecimento adquirido. A memória autobiográfica envolve assim várias capacidades cognitivas, no entanto a recordação de eventos pessoais é considerado o principal objeto de estudo (Brewer, 1986; Rubin, 1998). Desta forma, podemos designar a memória autobiográfica como a habilidade de recordar conscientemente experiências pessoais vividas no passado, sendo estas memórias de experiências de vida do próprio e são cruciais para o desenvolvimento e manutenção da identidade pessoal ao longo da vida (Robinson, 1986). Assim, estes eventos do passado experienciados pela pessoa vão contribuir para a sua noção de si, para a habilidade de se orientar e para os processos de resolução de problemas (Williams et al, 2007). O ato de recordar envolve assim três processos distintos: a codificação da informação aquando da sua aquisição, o seu armazenamento e por fim, a recordação, ou seja, da evocação, esta pode ocorrer por intermédio da recordação ou do reconhecimento (Gleitman, 1990). Assim, o grau de elaboração com que a informação é codificada é fulcral para a formação de memórias a longo prazo, na medida em que a profundidade do processamento da informação, ou seja, o facto de ser ou não processada tendo em conta o seu significado vai influenciar as probabilidades de esta vir ou não a ser evocada. A forma como a informação é armazenada e organizada é também fundamental para a sua memorização e subsequente recordação.

No que concerne ao processo de recuperação da informação, segundo Anderson (2000) há que ter em conta o próprio nível de ativação de uma memória, sendo este definido pelo quão recente é, bem como pela frequência com que a mesma é evocada. No entanto, é importante salientar que quando falamos de memórias autobiográficas podemos identificar dois tipos: memórias autobiográficas voluntárias e involuntárias. A primeira associada à evocação geral e as involuntárias associadas à evocação espontânea (Reisser, Black & Kalamides, 1986). Os autores consideravam que era mais fácil para o sujeito a evocação de um acontecimento quando este estava contextualizado, daí a importância de uma organização contextual na memória dos diversos acontecimentos permitindo deste modo um acesso rápido e sintetizado a um vasto leque de informações. No que concerne às memórias voluntárias, estas estão

ligadas a um intuito consciente de as evocar, “memórias pessoais que seguem um processo de evocação controlado e estratégico” (Rubin & Berntsen, 2009), por outro lado as memórias autobiográficas involuntárias, são descritas por Berntsen (1996) como memórias “de uma experiência pessoal evocada à consciência com aparente espontaneidade, ou seja, sem uma tentativa precedente de acesso à mesma”. As memórias autobiográficas podem ainda ser divididas em informação pessoal semântica, ou seja, factos pessoais como saber o sitio onde nascemos, e informação pessoal episódica, acontecimentos únicos como as memórias do primeiro dia de escola Holland e Kensinger (2010).

No decorrer de um estudo correlacional de memórias autobiográficas e depressão, Nascimento e Pergher (2011) definem a especificidade das memórias autobiográficas. Estes dividem as memórias autobiográficas em quatro categorias: as Não-memórias ou associações semânticas, correspondendo a relatos não autobiográficos ou a falhas na recuperação das memórias; as memórias categóricas, relativas a memórias não correspondentes a um tempo específico; as memórias alargadas, onde a recordação é referente a um determinado período com início e fim determinados e maioritariamente com duração superior a um dia; as memórias específicas, onde a recordação faz referência a uma localização temporal específica com duração máxima de um dia. Ainda segundo Conway & Pearce (2000), toda esta informação pode ser dividida em três grandes áreas: períodos da vida, eventos gerais e conhecimentos específicos de um evento. Deste modo, os períodos da vida, são as temáticas vividas por cada um de nós, este dá-nos o exemplo do tempo que passamos na escola (tema da escola) ou no trabalho (tema de trabalho) Conway & Pearce (2000). Normalmente estes períodos têm um principio e um fim distinto, que se podem tornar confusos e é possível que se sobreponham e não haja uma noção temporal clara. A informação que temos de cada temática dos nossos períodos da vida pode vir a ser agrupada em temas mais abrangentes, o autor dá-nos o seguinte exemplo; o tema de despedimento pode vir a fazer parte da fase da nossa vida quando ‘a minha vida descarrilou’ (Conway & Pearce 2000).

Quanto aos eventos gerais, Conway & Pearce (2000), diz nos que estes são mais específicos que os períodos da vida acima mencionados; estes englobam representações singulares de eventos repetidos ou de uma cadeia de eventos relacionados. Os eventos gerais agrupam-se por temática, isto faz com que quando nos lembramos de um evento específico, lembramos nos automaticamente de outros eventos relacionados. Segundo

Conway & Pearce (2000), estes agrupamentos de memórias são geralmente formados com base nas memórias de sucesso ou insucesso do comprimento de objetivos pessoais. Estas memórias de comprimento de objetivos pessoais dão informação preciosa acerca do nosso self, dizem nos por exemplo com que facilidade é que um conhecimento pode ser adquirido (Conway e Pearce 2000). Por último, os conhecimentos específicos de um evento, como o nome sugere, são todas as informações detalhadas de eventos específicos, normalmente são no formato de imagens visuais e de características sensorio-perceptuais (Conway & Pearce 2000). Neste tipo de memórias, os níveis elevados de detalhes tendem a desaparecer, no entanto certas memórias específicas permanecem (Pillemer, 2001). Contrariamente aos períodos de vida e aos eventos gerais, os acontecimentos de eventos específicos, não estão organizados em grupos, estas memórias simplesmente nos vêm a cabeça sem estarem associadas a nada especificamente. Segundo Conway, Singer e Tagini (2004) estes tipos de memórias organizam-se de acordo com uma hierarquia donde o conhecimento é organizado em rede, onde encontramos as representações subjetivas de períodos de vida em primeiro lugar e as memórias de acontecimentos específicos no final.

Relativamente ao self, este é descrito como sendo a base do conhecimento autobiográfico encontrando-se no conhecimento do mesmo, desta forma, tomamos assim conhecimento do que o self é, do que foi e do que pode vir a ser Conway & Pearce (2000). As memórias autobiográficas são definidas como um tipo de memória específico que refere a recordação de experiência do indivíduo que têm significado para o sistema do self (Davis, 1999). Desta forma, o self é considerado fundamental no estudo nas memórias autobiográficas, uma vez que sem ele não existia o reconhecimento do próprio. Existem inúmeros fatores que podem influenciar este processo, nomeadamente o objetivo do sujeito, o que despoletou o momento e as consequências deste ou mesmo o que decorria quando o acontecimento se deu (Reisser, Black & Kalamaidis, 1986), posto isto tudo o que sejam acontecimentos extremos que resultem numa resposta emocional que agrade ao self, são acontecimentos considerados de maior importância. Deste modo, as memórias autobiográficas são a mais complexa forma de memória humana, resultante da interação constante entre a memória episódica, emoções associadas e sentido de continuidade do self, ao longo do tempo e da história de vida dos indivíduos, condicionada por fatores fisiológicos, psicológicos, situacionais, sociais e culturais (Piefke & Fink, 2005). Geralmente o método de observação da memória autobiográfica em contexto de laboratório faz-se perguntando ao sujeito para

relatar acontecimentos pessoais. É também comum dar uma série de palavras aos sujeitos e pedir lhes que para cada uma pensem numa memória associada; estas palavras chave permitem a medição objetiva da memória autobiográfica bem como a medição subjetiva. Por outro lado, também é possível pedir aos sujeitos que evocam memórias específicas que vão de encontro com um critério específico como por exemplo a felicidade, tristeza ou uma determinada fase da vida (Holland e Kensinger, 2010). Um dos grandes problemas por detrás do estudo das memórias autobiográficas está na dificuldade de controlar fatores como a precisão da evocação das memórias, como forma de combater isto, fora pedido em diversos estudos que os sujeitos mantivessem diários das suas memórias; desta forma a precisão era maior, no entanto existia muito pouco controlo sob os eventos que os sujeitos evocavam (Holland e Kensinger, 2010).

Funções das Memórias Autobiográficas

É importante compreender o porque por detrás das memórias autobiográficas, e para tal é preciso perceber quais é que são as funções que utilizamos para nos recordarmos. É então analisada a possível relação entre diferentes funções e as diferentes características das memórias como é o caso da valência, da acessibilidade e do conteúdo, diferentes funções servem diferentes tipos de memórias. É portanto importante relacionar as três funções com a valência emocional bem como com as outras características específicas das memórias, sendo que as diferentes funções, no geral, servem o propósito de promover o bem-estar psicológico do sujeito (Ramires, 2014). Assim, Rasmussen & Berntsen (2009), afirmam que existem várias funções para a existência de uma relação entre a valência emocional e as memórias autobiográficas, são estas: a função diretiva, o self e a função social. Em primeiro lugar temos a função diretiva, esta está relacionada com o relembrar eventos passados com o objetivo de orientar os nossos pensamentos e ações futuras (Bluck, 2003). A função diretiva guia o planeamento do presente, do futuro e resolução de problemas, assim as memórias com funções diretivas ajudam a resolver problemas, planeamento, inspiram e motivam o sujeito. Desta forma, esta função apresenta duas características centrais; onde a primeira parece ser meramente instrumental, ou seja, lembramos-mos da festa de natal do ano passado e assim sabemos o que temos que levar este ano; e por outro lado a função diretiva é mais ligada ao sujeito na medida em que um acontecimento regula os nossos objetivos. É ainda indicada uma segunda função sendo esta a função social, esta facilita

as relações e faz com que consigamos partilhar conhecimentos e informação com terceiros. A função social é aparente quando partilhamos memórias com terceiros de modo a persuadir, facilitar comunicação, facilitar a interação social, empatia e intimidade (Rasmussen e Berntsen, 2009). Esta função é considerada por Bluck (2003) das mais relevantes nas memórias autobiográficas, uma vez que esta permite um melhoramento da compreensão e da partilha dos ensinamentos com o outro. Por fim, temos a função do self, este possibilita que haja coerência ao longo do tempo e promove o desenvolvimento do self (Bluck, 2003). Relativamente à função de self no que diz respeito a memória autobiográfica esta presente em várias das teorias que rondam esta temática, na medida em que as memórias autobiográficas são normalmente definidas como memórias relacionadas com o self. Esta função vai dar continuidade ao self na nossa vida, preservando a coerência do sujeito ao longo do tempo, promovendo a continuidade e desenvolvimento do self. Ainda relativamente ao self, diversas funções tais como a regulação emocional, e o valor atribuído ao autoconceito são qualificadas como essenciais perante uma fase adulta da vida (Bluck, Alea, Habernas & Rubin, 2005). Segundo, Pillemer (2003), este menciona as funções do self e sociais como prioritárias pela partilha do conhecimento adquirido através de técnicas de sobrevivência que relacionadas com técnicas de resolução de problemas permitem ao indivíduo manter a sua segurança prevendo futuros acontecimentos.

Concluindo, quando se trata do tema das funções das memórias autobiográficas, é crucial entender como é que as pessoas recordam eventos da sua vida e porquê, para tal é necessário o entendimento das funções que são utilizadas que levam à recordação de eventos (Bluck, 2003). Ainda segundo o autor, as memórias autobiográficas apresentam múltiplas funções, nomeadamente de suporte e continuidade do desenvolvimento do self ao longo da vida, bem como de processamento de informação, desta forma, facilitam as interações sociais, permitindo a empatia e fornecendo flexibilidade na construção e manutenção de regras de compreensão do passado e do futuro, através da comparação de acontecimentos e da definição de hipóteses de funcionamento. Tendo em conta que é esperado que memórias de valência emocional positivas e memórias de valência emocional negativas tenham diferentes impactos no bem-estar psicológico bem como no estado de humor dos sujeitos, torna-se pertinente compreender a relação entre valência emocional das memórias autobiográficas e quais as suas funções.

Memórias Autobiográficas e a Valência Emocional

Quando nos recordamos do passado nem sempre nos lembramos tão bem de determinadas coisas como nos lembramos de outras, e nem todas as memórias tem a mesma quantidade de detalhes. Por vezes, lembramo-nos melhor e mais vivamente de momentos repletos de emoção (Holland & Kensinger, 2010). Desta forma, torna-se pertinente compreender o que é a emoção e como é que esta influência a nossa memória. Desta forma, Ellis e Moore (1999), quando se refere que a memória é dependente do humor, fala-se da possibilidade de evocar certas memórias dependendo da forma como nos sentíamos num determinado momento, por exemplo, quando nos sentimos tristes e ouvimos uma história, há uma probabilidade grande de nos lembramos dessas mesmas histórias quando nos voltarmos a sentir tristes. Posto isto, evidencia-se que, o nosso estado de humor pode influenciar as nossas memórias autobiográficas. É ainda demonstrada a influência da memória pelo estado de humor, no sentido em que um sujeito que se encontre num estado de humor triste apresenta uma maior tendência para recordar eventos negativos bem como recorda-los mais rapidamente (Williams, et al, 2007). Para que nos possamos lembrar de algo, é necessário que tenhamos aprendido este processo em três fases distintas. Segundo Gleitman (1990) na primeira temos a fase da codificação, esta diz respeito a maneira como a informação e/ou o acontecimento é memorizado, de seguida temos a fase de armazenamento e finalmente a evocação de memórias. O ser humano vivência inúmeros estados de humor e muitas vezes estes são manipulados e esta manipulação pode influenciar a maneira como uma memória autobiográfica é lembrada, posto isto torna-se evidente que as memórias autobiográficas se tornam frágeis e possivelmente inconsistentes, dada a reconstrução que lhes fazemos quando as evocamos (Holland & Kensinger, 2010). Na literatura é referido por Brown e Kulik (1977) o conceito de "*memórias flash*", sendo que este descreve a existência de algo de especial nos momentos que têm para nós uma grande carga emocional; estes tipos de memórias parecem permanecer com o sujeito sempre e vários estudos comprovam exatamente isto, que anos após a experiência emocional o sujeito continua a lembrar-se dela vivamente. A forma como os domínios emocionais das memórias intervêm na evocação e recordação das mesmas foi estudado por Holland e Kensinger (2010), estes autores afirmam que o objetivo da evocação de determinada memória pode também influenciar a informação que é recuperada. Desta forma, o modo como as emoções são

experienciadas durante o processo de recuperação da memória poderá influenciar a informação retirada e relatada pelos indivíduos.

Concluindo, é referido que os sujeitos dão mais importância aos eventos de valência emocional negativa do que aos de valência emocional positiva, sendo que os eventos de valência emocional negativa tendem a ser recordados com mais detalhes, contrariamente aos eventos de valência emocional positiva que tendem a ser mais centradas em detalhes contextuais Rasmussen e Berntsen (2009). Os autores explicam ainda que esta recrudescência se deve possivelmente aos benefícios que existem em recordar eventos positivos versus negativos. Posto isto, é possível afirmar que as características afetivas dos acontecimentos têm uma relação direta com a evocação de memórias autobiográficas e que, por sua vez influenciam o processo de recordação de determinado evento. Com isto, demonstra-se a importância que a valência emocional tem nas memórias autobiográficas e no processo de as recordar.

Memórias Autobiográficas e Personalidade

É referido na literatura que a personalidade pode vir a influenciar o processo de recordação de memórias autobiográficas Holland e Kensinger (2010). Posto isto, é importante primeiro compreender a personalidade em si, sendo que a personalidade de cada um de nós é algo que sofre diversas alterações ao longo das nossas vidas, tornando se assim algo muito complexo. Será mais simples olhar para a personalidade como processos cognitivos que conduzem o ser humano a agir de uma determinada forma (Hansenne, 2003). Deste modo, a memória é uma reconstrução constante, principalmente quanto aos detalhes que a compõem (Bluck & Li, 2001). Ainda, segundo Conway (1990), a perspectiva contextual defende que a memória autobiográfica depende da personalidade, da história de vida e da satisfação atual. Desta forma, é então dado a entender uma relação implícita na experiência pessoal da pessoa, a memória autobiográfica em si bem como os traços de personalidade (Rasmussen e Berntsen, 2010). Este trabalho vai ter como sua base o modelo dos cinco grandes fatores de personalidade (Modelo Big-Five). Este é composto por cinco domínios que representam a personalidade abrangendo os níveis de abstracção e cada dimensão sumariza um grande número de distintas e específicas características da personalidade. Um dos pontos fortes deste modelo é que consegue capturar a um amplo nível de abstracção os

pontos comuns entre a maioria dos sistemas existentes de traços de personalidade, proporcionando, assim, um modelo integrativo e descritivo para investigação (Saucier & Goldberg, 1996). Desta forma, as dimensões que compõem este modelo são: Neuroticismo (N), Extroversão (E), Abertura à Experiência (O), Conscienciosidade (C) onde é dito que na relação dos traços com a idade, os autores defendem que, à medida que se envelhece a Amabilidade e a Conscienciosidade sofrem um relativo aumento, enquanto o Neuroticismo, a extroversão e a Abertura à Experiência tendem a decrescer (Costa & McCrae, 1994), e por fim Amabilidade (A). Este modelo explora a covariação dos traços de personalidade.

Para uma melhor compreensão do modelo, torna pertinente uma descrição de cada categoria (Costa & McCrae, 2000). O neuroticismo remete para as valências emocionais negativas, este procura avaliara adaptação vs a instabilidade emocional. Através do domínio do neuroticismo podemos identificar indivíduos que poderão ter ideias irrealistas, descompensação emocional e coping desadequado. É considerado que os sujeitos que tenham resultados elevados no domínio neuroticismo sejam; inseguros, preocupados, nervosos, hipocondríacos; e se por sua vez o sujeito tenha um resultado baixo este será; seguro, resistente, calmo, relaxado, satisfeito consigo e não emotivo (Costa & McCrae, 2000). A extroversão trata-se da forma como abordamos o mundo social, esta inclui a nossa atividade, emoções positivas, sociabilidade e assertividade. Os sujeitos que tenham resultados elevados neste domínio são considerados: sociáveis, faladores, otimistas, amantes da diversão e afetivos; se por sua vez os resultados são baixos os sujeitos são tendencialmente: distantes, reservados, sóbrios, silenciosos e tímidos (Costa & McCrae, 2000). A abertura a experiência trata-se da complexidade da vida mental e da experiência de cada um. Sujeitos com resultados elevados neste domínio são criativos, curiosos, tem diversos interesses, originais e imaginativos; contrariamente se os sujeitos tiverem resultados baixos neste domínio então o sujeito será limitado, convencional, pragmático e nada artístico (Costa & McCrae, 2000). A conscienciosidade remete para o nosso controlo num contexto social e torna o pensamento objetivo mais acessível. Este domínio mostra nos um contraste entre os sujeitos que são pessoas de confiança e os que são preguiçosos. Resultados elevados neste domínio demonstram que o sujeito é possivelmente: trabalhados, pontual, arranjado, ambiciosos, confiável, organizado e perseverante. Por outro lado, se o sujeito tiver resultados baixos neste domínio, então é provável que este seja; negligente, preguiçoso, não tenha objetivos e des preocupado (Costa & McCrae, 2000).

A amabilidade vai de encontro com a nossa abertura para a sociedade e para o sentido de comunidade. Um individuo que tenha resultados elevados neste domínio demonstrar características do tipo: prestável, crédulo, de confiança, sentimental, reto e bondoso; por sua vez se o sujeito tiver resultados baixos terá características como ser; rude, cínico, vingativo, irritável, desconfiado e manipulador (Costa & McCrae, 2000).

Segundo Saucier & Goldberg (1996), o modelo dos cinco fatores da personalidade vem de uma perspectiva lexical onde a personalidade é considerada através de um numero de perspectivas teóricas e diversos níveis de abstração. Através destes níveis passamos a ter um conhecimento mais aprofundado das diferenças comportamentais de cada um de nós. No entanto, como qualquer modelo, tem as suas limitações, existem autores que criticam o modelo dizendo que este não representa totalmente uma teoria da personalidade, isto é, uma critica com pouco fundamento visto que este modelo visa simplesmente considerar as relações que existem nos traços de personalidade. Por sua vez também é dito que a personalidade humana tem tantas variações e é tão vasta que não é possível junta-las todas num só modelo (Saucier & Goldberg, 1996).

Relativamente, à influência de alguns traços de personalidade no processo de evocação das memórias autobiográficas, esta possibilidade é referida na literatura por Holland e Kensinger (2010). Assim, os traços de personalidade são descritos por McCrae e Costa (1992) como tendências básicas que se referem a potencialidades dos indivíduos, o mesmo não acontece em atitudes, papéis, relações e os objetivos, sendo estes descritos como características de adaptação que refletem as interações entre tendências básicas e exigências ambientais acumuladas ao longo do tempo. É ainda apontado que tendências básicas se mantêm estáveis ao longo da vida enquanto, as características adaptativas podem sofrer alterações (Saucier & Goldberg, 1996). Relativamente a esta temática, foi introduzido um novo aspeto nos estudos relacionados com memórias autobiográficas, onde Rubin e Siegler (2004) pretendiam, relacionar os traços da personalidade dos sujeitos à fenomenologia das memórias autobiográficas, uma vez que se colocava a hipótese de uma ligação entre os traços da personalidade e as componentes emocionais das mesmas, indo de encontro com diversos estudos que comprovavam os efeitos da depressão e supressão emocional nas memórias autobiográficas, na qual os autores acreditavam existir um benefício para as investigações que estudam as memórias autobiográficas perceber se e de que forma as diferenças na personalidade dos sujeitos estão relacionadas com as diferenças individuais nas memórias.

Desta forma, Rubin e Siegler (2004), no seu estudo propuseram relacionar as diferenças individuais na memória com as dos traços de personalidade. Os autores referem que a recordação é o que distingue e define as memórias autobiográficas. Desta forma, entender o que leva à recordação é importante na prática porque distingue as memórias autobiográficas de outras formas de memória. É de realçar, que as memórias autobiográficas são aqui descritas como os produtos de processos, sendo que cada processo ocorre separadamente, tanto a nível do comportamento como a nível neural. Assim, a recordação é designada como o fenómeno que distingue as memórias autobiográficas de outros tipos de memórias. Deste modo, os objetivos esperados seriam reconhecer quais as propriedades da memória que são afetadas pelos diferentes domínios da personalidade, no entanto, as conclusões a que foi possível chegar-se no estudo em questão foi que, apenas alguns aspetos da personalidade e algumas propriedades das memórias têm efeitos significativos nas suas correlações. Dos cinco domínios da personalidade (Neuroticismo, Abertura à Experiência, Amabilidade, Extroversão e Conscienciosidade) apenas dois desses domínios (neuroticismo e abertura à experiência) tiveram correlações significativas com as memórias autobiográficas o que revela ter uma relação mais forte é o domínio da abertura à experiência (Rubin & Siegler, 2004). Outro dos estudos apontados na literatura foi de Rasmussen e Berntsen (2010), onde foi testada a possível relação entre a personalidade as memórias autobiográficas. Para estes autores a definição de memória autobiográfica prende-se pelo tipo de memória relacionada com o self e desta forma, é proposta uma relação recíproca entre memórias autobiográficas e a personalidade.

Concluindo, os autores indicam que a experiência adquirida ao longo da vida, as memórias autobiográficas e os traços de personalidade, estão ligados entre si pela história de vida. Reforçando esta temática, da relação entre memórias autobiográficas e a personalidade é referido também por McAdams (2001), que a nossa história de vida se traduz na nossa identidade, uma vez que esta é reconstruída através das próprias memórias autobiográficas e das expectativas que vão sendo criadas. Por conseguinte, os domínios de personalidade dos sujeitos vão ser influenciados pela história de vida.

Memórias Autobiográficas e o Género Feminino

Diversos são os estudos que revelam diferenças do género nas memórias autobiográficas, ainda que nem todos os estudos apontem para essas diferenças

Gryzman e Hudson (2013). Entre as diferenças específicas de cada sujeito, o gênero é um dos componentes mais salientes da identidade, sendo também um fator determinante na forma como se vê o mundo, evidências na literatura demonstram assim, que as mulheres são motivadas a serem prestadoras de cuidados e a terem uma conexão mais forte (Golombok & Fivush, 1994). As diferenças entre gêneros são observáveis já desde a infância (Fivush & Buckner, 2003 para uma revisão) e durante a adolescência (Fivush, Bohanek, Zamar, & Grapin, 2012). É descrito por Davis (1999) que, quando os pais interagem com os seus filhos e lhes descrevem acontecimentos, estes utilizam dois tipos de linguagem. Por um lado, temos o estilo elaborativo, nesta fala se de acontecimentos que aconteceram no passado, mas que são contextualizados para fazerem sentido num contexto geral da vida. O estilo elaborativo é por isso mais descritivo e rico em detalhe onde se transmite a ideia de recordar e dar valor ao passado. Por outro lado, deparamos nos com o estilo pragmático, este é muito mais instrumental, visto que quando é utilizado as conversas sobre o passado são significativamente mais breves e não é feita uma ligação entre acontecimentos.

De acordo com este estudo de Davis (1999), verifica-se que há um acesso às memórias autobiográficas maior no gênero feminino sobretudo vindas da sua infância. Assim, o gênero seria uma dimensão da identidade cuja importância dependeria dos papéis sociais principais das pessoas e do seu contexto de vida (Buckner, 2000 citado em Fivush & Buckner, 2003). Desta forma, ao longo do ciclo de vida, as diferenças de gênero nas memórias autobiográficas podem acentuar-se também devido ao recurso das mulheres, com maior frequência, à reminiscência (o processo natural de recordar memórias do passado pessoal e refletir sobre elas) (Alea, Vick, & Hyatt, 2010), para qualquer uma das principais funções das memórias autobiográficas (Pillemer, Ivcevic, Gooze, & Collins, 2007). Deste modo, as diferenças de gênero nas memórias autobiográficas que se podem originar na infância, com a interiorização da identidade social do gênero de pertença, poderão ser mantidas posteriormente por um acesso mais frequente das mulheres às suas memórias pessoais.

Relativamente à evocação de memórias autobiográficas as mulheres tendem a realizar este processo de uma melhor forma, ou seja, lembram-se delas com maior clareza e detalhe do que os homens (Davis, 1999); tendo sido visível esta elaboração, pormenorização e maior detalhe presente nas memórias evocadas no gênero feminino (Gryzman & Hudson, 2013), ainda no estudo de Pillemer (2003), foi possível verificar o quanto precisas são as memórias de homens e mulheres e estes concluíram que a

memórias do género feminino é muito mais detalhada e específica do que a do género masculino, quando falamos de narrativas. As mulheres são também melhores a recordar eventos emocionais, apesar de homens e mulheres, de facto, experienciarem emoções de forma semelhante (Davis, 1999), foi também verificado que estas revelam um desempenho superior aos homens em diversas tarefas de memória episódica, mas não de memória semântica, possivelmente devido ao seu processamento mais elaborado de informação episódica, especialmente de eventos que ativam emoções intensas (Grysmán & Hudson, 2013 para uma revisão).

Num estudo recente de Wang (2013), foram observadas diferenças na quantidade de informação codificada por homens e mulheres, com vantagem para as últimas, que se refletiu em recordações pessoais mais detalhadas e precisas na sua recuperação. De acordo com o funcionamento das memórias autobiográficas segundo o Sistema Si Próprio Memória (Conway, 2005), se o si próprio de homens e mulheres apresentar diferenças essenciais, então estas poderão observar-se também nas características das suas memórias autobiográficas episódicas (Grysmán & Hudson, 2013). No que diz respeito, ao número de evocações, o género feminino relata maior número de acontecimentos. Estas conclusões, vão de encontro com o estudo de Jacques, Conway e Cabeza (2011), também observaram alterações nos géneros relativamente às memórias. Segundo estes, a evocação de memórias autobiográficas demonstram-se ser superiores no género feminino enquanto que os homens demonstram maior qualidade, ou seja, com mais precisão, frequentemente relatos mais longos e apresentam tempos de latência menores. Pensa-se que esta discrepância se dê devido ao processo emocional de cada género. Quando as mulheres evocam memórias autobiográficas, estas são sempre muito mais carregadas emocionalmente do que os relatos dos homens. Esta discrepância pode também ser explicada pelas diferenças cognitivas do processamento verbal, visto que as mulheres são superiores aos homens verbalmente. Assim, no âmbito de investigações de Maccoby e Jacklin (1974) e Hyde e Lynn (1988) efetuadas sobre o reconhecimento visual da memória episódica, os resultados indicaram uma superioridade do sexo feminino para objetos familiares Assim, McGivern et al. (1998) verificaram uma superioridade feminina em provas de memória de reconhecimento visual para objetos passíveis de serem nomeados e para figuras abstratas, indicando que a superioridade feminina ia além da competência verbal, considerada superior. Deste modo, estas afirmações foram também verificadas num estudo de McGivern et al. (1997) onde se observou uma superioridade feminina em provas de reconhecimento

visual para objetos tipicamente femininos ou neutros, Indo em conta a estas conclusões, Broverman, Vogel, Clarkson & Rosenkrantz (1972) concluíram que as mulheres mais facilmente geram memórias relativamente a palavras relacionadas com emoções ou afetos e que recordam memórias mais recentes. Assim, as mulheres são tendencialmente mais detalhadas, emotivas e as suas narrativas apresentam-se melhor articuladas e com grande significado pessoal.

Num estudo de Grysman e Hudson (2013), foi colocada a hipótese de que as diferenças entre géneros nas características emocionais de recordações não se encontram na experiência emocional que as memórias autobiográficas despertam em si, mas apenas no tipo de informação que homens e mulheres escolhem reportar ao descrevê-las. Relativamente às diferenças de género na evocação de memórias autobiográficas de valência emocional positiva, o género feminino é quem evoca em maior número, no entanto quanto às valências emocionais negativas estas são evocadas na sua maioria pelo género masculino Fujita, Diener e Sandvick (1991). No entanto, nem todos os estudos encontram esta diferenças entre géneros, segundo o estudo de Ros e Latorre (2010), o género feminino evoca mais memórias de valência emocional negativas do que os homens e não foram observadas diferenças entre géneros no que diz respeito as memórias de valência emocional positivas. Também fora observado que os sujeitos mais velhos evocam menos acontecimentos de valência emocional negativa do que os sujeitos mais jovens.

Memórias Autobiográficas e a Idade

Poucos são os estudos existentes que comparam as memórias autobiográficas entre adultos mais velhos e mais jovens. No entanto, na literatura existente sobre esta temática são apontadas diversas contradições no que concerne às alterações das memórias autobiográficas ao longo do tempo de vida, e por sua vez nas diferentes idades. Assim, e analisando o estudo de Rubin e Schulkind (1997), à qual foi delineada uma experiência para compreender a distribuição e evocação das memórias autobiográficas ao longo da vida, onde foram usadas como variáveis a idade, o género e o tempo de latência de evocação de memórias autobiográficas. Os autores concluíram que todas as faixas etárias têm menos memórias de infância sendo que poucos têm memórias anteriores ao seu terceiro ano de vida. Fora também descoberto que dentro da

população idosa há discrepâncias na distribuição de memórias importantes despoletadas pelas palavras chave. Quando os autores questionaram os idosos com idades compreendidas entre os 70 e 73 anos, estes evocavam sempre memórias antigas e não recentes, contrariamente aos jovens.

Relativamente ao tempo de reação foi observado um aumento do mesmo com o aumento da idade dos sujeitos, este aumento pode ser justificado num estudo de Sliwinski e Buschke (1997) relativo à velocidade do processamento de informações na memória, onde foi examinado o papel dessa função como mediador das diferenças relacionadas com a idade, assim, os resultados obtidos para a velocidade do processamento de informação atenuou significativamente as diferenças nas medidas de memórias entre jovens adultos e adultos mais velhos. Também, Schlagman et, al (2009), procuraram compreender as memórias autobiográficas voluntárias e involuntárias ao longo da vida. Para tal foram usados diários e o método de palavras chave para comprar as respostas voluntárias e involuntárias de 44 jovens e 38 adultos. Fora descoberto que os adultos relataram menos memórias involuntárias e voluntárias do que os sujeitos mais jovens. Em adultos mais idosos as memórias voluntárias eram menos específicas e era evocadas mais lentamente do que os adultos mais jovens. E por fim os adultos mais idosos avaliaram as suas memórias como sendo mais positivas do que os adultos mais jovens. Assim, é referido segundo Mather e Carstensen (2005), que conforme envelhecemos tomamos como prioritários os acontecimentos positivos e os acontecimentos que possam aumentar o sentimento negativo são esquecidos. No entanto, existem estudos que apontam no sentido de infirmar a existência de um efeito de ´positivismo` nas memórias de adultos mais idosos (Gruhn, Smith & Baltes, 2005).

No que concerne à relação entre a idade e os componentes semânticos e episódicos, Piolino et, al (2002),concluíram através do questionário autobiográfico que a memória episódica é mais sensível aos efeitos que a idade provoca, do que a memória semântica, especialmente no que diz respeito as memórias do passado.

Desta forma, é possível afirmar segundo Albuquerque (2005) que com o envelhecimento da memória esta sente um pequeno declínio, por vezes em consequência de patologias como de fatores biológicos que são frequentemente detetados em sujeitos de faixas etárias mais avançadas. Um dos fatores segundo Abreu (2002), que se demonstra ser de forte influência para este declínio é o aumento da frequência de padrões que rodeiam o idoso. Os fatores referidos vão assim ter influência na memória causando a diminuição da atenção e da autoconfiança. Assim, o adulto

idoso prepara-se para ir perdendo as suas competências, ainda que isto não aconteça, o que irá prejudicar a sua autoestima e motivação acabando por apresentar de facto enfraquecimentos e declínios na memória. Essa autoimagem distorcida também leva a que traços depressivos se relacionem negativamente com todos os processos cognitivos, principalmente a atenção e a memória (Guerreiro e Caldas, 2001; Hamilton, 2002). Do ponto de vista metodológico, existem dois tipos de abordagem que têm sido utilizadas para investigar as alterações da memória no envelhecimento: a diferencial e a experimental. A abordagem diferencial envolve análise de medidas de desempenho em testes cognitivos e a correlação estatística com a idade dos sujeitos. A abordagem experimental, por outro lado, envolve submeter sujeitos de diferentes idades a testes específicos e comparando diretamente o desempenho dos grupos (Abreu, 2000). As habilidades cristalizadas, ou seja, bem praticadas e familiares; condicionadas ou utilizadas com maior frequência, como o vocabulário, ou a memória autobiográfica, podem segundo Birren e Schroots (1996) não só se manterem-se intactas como também atingir crescimento com a idade.

Desta forma, é referido por Vieira e Koenig (2002) que a memória episódica tende a piorar com a idade, relacionando-se com as dificuldades de atuação no ambiente. Ao que tudo indica, estas falhas encontram-se ligadas a adversidades na codificação e recuperação da memória, não estando apenas relacionadas com o armazenamento (Parente e Cols, 2006). A memória semântica tal como a memória autobiográfica dificilmente sofrerá declínios possivelmente devido à elevada carga emocional com que os acontecimentos foram experienciados e armazenados (Vieira e Koenig, 2002). Ainda, de acordo com alguns autores, estas podem mesmo ser detalhadas e realçadas, tendo em conta que estão relacionadas com o conhecimento do mundo e com o próprio vocabulário. (Dibo, 2004; Hamilton, 2002). Quanto aos adultos mais jovens, não são observadas perdas de memória embora sofram a mesma taxa de declínio observada em adultos mais idosos. Isto ocorre, segundo Park (2001), possivelmente porque adultos mais jovens têm mais recursos do que realmente necessitam para recuperar informações, uma vez que segundo o autor o declínio cognitivo começa em torno dos 20 anos.

Objetivos do Estudo e Hipóteses de Investigação

As memórias autobiográficas são uma temática que tem vindo a ser amplamente estudada ao longo dos anos, existem por isso vários estudos desta área, no entanto quando falamos da valência emocional das memórias autobiográficas numa população feminina, poucos são os que se focam especificamente na população de género feminino.

Desta forma, e perante o objetivo principal deste estudo, que se prende pela análise da influência da valência emocional e os traços de personalidade nas diferentes idades numa população do género feminino, foram propostas as seguintes hipóteses de investigação:

H1: Existe menor número de memórias autobiográficas de valência emocional positiva evocadas em mulheres do grupo etário mais jovem do que na faixa etária de mulheres mais velhas.

H2: Mulheres na faixa etária mais jovem apresentam tempos de latência menores na evocação de memórias autobiográficas do que nas mulheres de faixa etária mais velha.

H3: Se o grupo etário de mulheres mais velhas apresenta menor número de evocações de memórias autobiográficas de valência emocional negativa então, o grupo etário mais jovem apresentam maior número de evocações.

H4: Existe relação entre o aumento da idade no género feminino e o aumento da Amabilidade e Conscienciosidade.

H5: Existe relação entre o aumento da idade no género feminino e a redução dos valores nas dimensões *Neuroticismo (N)*, *Extroversão (E)* e *da Abertura à experiência (O)*.

Método

Amostra

A amostra é constituída por 62 indivíduos, todos eles do sexo feminino, com idades compreendidas entre os 18 e os 61 anos, sendo a média de idades 33,74. É de realçar também que 5 dos participantes foram fornecidos pelo meu colega Micael Pereira, encontrando-se ele também a realizar a sua Dissertação no campo das memórias autobiográficas. Em anexo encontra-se a caracterização detalhada da amostra (Anexo A).

Instrumentos

Questionário Sociodemográfico

Em primeiro lugar, foi aplicado neste estudo um questionário sociodemográfico onde foi inquirido aos participantes a sua idade, a sua profissão, o seu estado civil, as suas habilitações literárias, bem como a utilização de medicação psicofarmacológica e se já esteve ou se encontra neste momento em Psicoterapia. (Anexo C).

Tarefa de Memórias Autobiográficas (TMA)

A tarefa de Memórias Autobiográficas consiste na evocação de memórias referentes a acontecimentos de vida do indivíduo através da visualização de 21 palavras-estímulo com diferentes valências emocionais (7 com valência positiva, 4 com valência neutra e 7 com valência neutra). Nesta tarefa desenvolvida por Cláudio, V. (2004) é pedido aos sujeitos que refiram um acontecimento da sua vida que cada uma das palavras-estímulo lhes faça recordar e que o situe temporalmente. Podem assim, ser referidas mais do que uma memórias por cada palavra, não existindo respostas certas ou erradas visto que as respostas dadas podem variar consoante o indivíduo.

Inicialmente é apresentada uma listagem inicial de cinco palavras treino, tendo estas o objetivo de entender se o sujeito em avaliação compreendeu a tarefa e as instruções dadas. Após as palavras treino, seguem-se as palavras-estímulo constituintes da tarefa sendo estas por ordem de apresentação as palavras: Alegria, Solidão, Chão,

Tristeza, Sinceridade, Medo, Água, Maldade, Solidariedade, Doença, Caneta, Sapato, Felicidade, Mentira, Amor, Mesa, Parede, Inteligência, Amizade, Dor e Janela. A ordem destas palavras é falsamente aleatória pelo que é imposta a condição de que não existam duas palavras consecutivas com a mesma valência (Cláudio, 2004). Antes do início da prova é pedido o consentimento dos participantes para que a tarefa possa ser gravada para uma análise posterior da mesma, nesta é analisada a antiguidade da memória, a valência emocional das memórias autobiográficas (Positiva, Neutra, Negativa), e a especificidade da memória (Específica, Categórica, Alargada ou Omissão).

Inventário de Depressão de Beck (BDI)

O Inventário de Depressão de Beck, desenvolvido por Beck, Ward, Mendelson, Mock e Erbaugh (1961), porém, neste estudo a versão utilizada foi a versão Portuguesa traduzida e adaptada por Victor Cláudio (1990). O BDI é um inventário constituído por 21 itens em que o indivíduo deverá escolher uma das quatro afirmações possíveis, sendo a que melhor descreve a forma como se sentiu na última semana, contando com o dia do preenchimento. As afirmações variam entre 0 (Inexistente) e 4 (Alto), revelando uma gravidade da sintomatologia depressiva. Este inventário permite assim avaliar a forma subjetiva e a severidade da sintomatologia depressiva. O valor final obtido através do somatório dos valores de cada uma, podendo variar entre 0 e 63. Assim, os autores Beck e Beamesderfer (1974) mencionam os dados normativos para uma severidade de depressão como sendo resultados entre 4 e 13 depressão ligeira, 14 e 20 depressão média e resultados superiores a 21 como depressão severa. O Inventário foi utilizado neste estudo como instrumento de avaliação e deteção de depressão na amostra recolhida tornando-se possível identificar indivíduos com depressão sujeitos a uma possível exclusão de forma a evitar um enviesamento dos resultados. (Anexo D)

Inventário de Estado-Traço de Ansiedade (STAI-Y)

O Inventário de Estado-Traço Ansiedade foi elaborado em 1979 por Spielberg, Gorsuch e Lushene, com a finalidade por meio do relato pessoal obter, uma avaliação do Estado e do Traço de Ansiedade. Neste estudo, o instrumento utilizado foi o STAI-Forma-Y, esta foi publicada em 1983, e é constituída por duas escalas de vinte itens cada, que avaliam a ansiedade traço e a ansiedade Estado; A ausência e ansiedade

Estado; A ausência de ansiedade Traço e a presença de ansiedade Traço (Santos & Silva, 1997). Tendo sido esta alterada para que não se descriminassem os sentimentos de ansiedade de depressão e os itens com propriedades psicométricas fracas desenvolvendo ainda a estrutura factorial para que existisse maior equilíbrio tanto os itens com ansiedade presente como nos itens de ansiedade ausente (Silva, 2003). (Anexo E)

Big Five Inventory (BFI-44)

O Big Five Inventory foi elaborado em 1991 por John, Donahue e Kentle, tendo sido adaptado para a população Portuguesa por Lima e Simões (1997). Este tem como objetivo avaliar através de cinco dimensões a personalidade, estas cinco dimensões são: Neuroticismo, Extroversão, Amabilidade, Conscienciosidade e Abertura à Experiência, onde cada uma delas é designada através de um traço de personalidade que compreende o tema semântico comum. Este é composto por 44 itens que constituem as dimensões anteriormente referidas, tendo por base uma frase inicial "Vejo-me como alguém que...". As dimensões definem-se então como:

Neuroticismo (N): Retrata o nível de angústia, impaciência, agressividade, discernimento, fragilidade e precipitação analisando o contraste entre os afetos negativos como a tristeza e a irritabilidade e a estabilidade emocional. Os itens que constituem esta dimensão são: 4,9,14,19,24,29,34,39.

Extroversão (E): Demonstra traços que estão relacionados com emoções positivas como a intensidade, sociabilidade, dinamismo e preponderância. Estes traços revelam o quanto as pessoas são ativas, dinâmicas e afetuosas. Os itens que constituem esta dimensão são: 1,6,11,16,21,26,31,36.

Amabilidade (A): Está relacionado quanto a características das pessoas como a honestidade, a sinceridade, a frontalidade, a tolerância e a moderação. Esta dimensão avalia a diferença entre uma tendência mais social e uma personalidade mais antagonista. Os itens que constituem esta dimensão são: 2,7,12,17,22,27,32,37,42.

Conscienciosidade (C): Demonstra se as pessoas são eficazes, civilizadas e capazes de se controlar perante impulsos socialmente impostos facilitando a realização de tarefa apresentando comportamentos direcionados para um objetivo. Os itens que constituem esta dimensão são: 3,8,13,18,23,28,33,38,43.

Abertura à Experiência (O): Esta dimensão encontra-se relacionada com a capacidade de abertura a novas experiências e até aos próprios sentimentos, avaliando o gosto pela estética, isto é, a diversidade e profundidade com que a pessoa se dispõe a novas experiências. Os itens que constituem esta dimensão são: 5,10,15,20,25,30,35,40,41,44.

Questionário de Esquemas de Young (YSQ)

O Questionário de Esquemas de Young foi elaborado por Young e Brown (1991), e adaptado para Português em 1994 por Pinto-Gouveia e Robalo, neste estudo a versão utilizada é constituída por 123 itens, partilhados por 15 esquemas precoces desadaptativos e agrupados em seis domínios sendo eles: Instabilidade e Separação; Enfraquecimento da Autonomia; Indesejabilidade; Redução da Auto-expressão; Redução da Gratificação; Enfraquecimento dos Limites. Assim, aos domínios referidos atribuem-se os seguintes esquemas precoces desadaptativos:

Instabilidade e Separação: Composto por três esquemas precoces desadaptativos: Perda Emocional (itens 40 a 48); Abandono (itens 49 a 54); e Desconfiança (itens 55 a 64).

Domínio do Enfraquecimento da Autonomia: Composto por dois esquemas precoces desadaptativos: Dependência (itens 1 a 6) e a Vulnerabilidade ao prejuízo ou doença (itens 21 a 31).

Indesejabilidade: Composto por três esquemas precoces desadaptativos: Dependência Emocional (itens 65 a 69); Deficiência (itens 70 a 74), e Falha de Realização (itens 92 a 104).

Redução da Auto-Expressão: Composto por dois esquemas desadaptativos: Auto-Imagem (itens 75 a 82) e Inibição Emocional (itens 105 a 115).

Redução da Gratificação: Composto por três esquemas precoces desadaptativos: Auto-sacrifício (itens 7 a 20), Padrão Rígido (itens 116 a 120) e Inferioridade (itens 83 a 91).

Enfraquecimento dos Limites: Composto por dois esquemas desadaptativos: Medo de perder o Controlo (itens 32 a 39) e Défice de Auto-Controlo (itens 121 a 123).

Assim, este questionário possibilita a avaliação de esquemas precoces desadaptativos. A sua avaliação é realizada através de uma escala de tipo Likert indo de 1 (Não descreve de maneira nenhuma a minha maneira de ser) a 6 (Descreve de um modo muitíssimo característico da minha maneira de ser, acontece constantemente). Desta forma, a soma final dos resultados irá variar entre os 123 e os 738. (Anexo G).

Inventário de Sintomas Psicopatológicos (BSI)

O Inventário de Sintomas Psicopatológicos foi elaborado por L. Derogatis em 1982, no entanto para este estudo foi utilizada a versão portuguesa, traduzida e adaptada por C. Canavarro (1999). A escala do BSI avalia sintomas psicopatológicos em nove dimensões de sintomatologia e três índices globais de avaliações sumárias de perturbação emocional (Canavarro, 1999). Esta é constituída por 53 itens sendo o sistema de avaliação uma escala de tipo Likert, de 0 (Nunca) a 4 (Muitíssimas vezes), onde o participante faz a sua escolha consoante o grau em que cada problema apresentado o incomodou durante a última semana. Os 53 itens são compostos por 9 dimensões, sendo estas:

Somatização: onde o mal-estar resultante da perceção do funcionamento somático é avaliado encontram-se assim nos itens 2, 7, 23, 29, 30, 33, 37;

Obsessões-Compulsões: Isto é, cognições, precipitações e comportamentos aos quais o indivíduo não consegue resistir sendo experienciados como constantes, encontram-se nos itens 5, 15, 26, 27, 32, 36;

Sensibilidade interpessoal: tais como sentimentos desapropriados nas interações, encontram-se nos itens 20, 21, 22, 42;

Depressão: Onde se situam indicadores de depressão clínica, encontram-se nos itens 9; 16, 17, 18, 35, 50;

Ansiedade: Onde são abrangidos indicadores como a inquietação, ansiedade generalizada e ataques de pânico, encontram-se nos itens 1, 12, 19, 38, 45, 49;

Hostilidade: que engloba pensamentos e comportamentos inerentes do estado afetivo negativo da cólera, estes encontram-se nos itens 6, 13, 40, 41, 46;

Ansiedade fóbica: Este domínio irá avaliar manifestações de comportamento fóbico disruptivas, encontram-se nos itens 8, 28, 31, 43, 47;

Ideação Paranoide: Analisa as manifestações de comportamento paranoide, agressividade, grandiosidade, narcisismo, perda de autonomia e delírios, estes encontram-se nos itens 4, 10, 24, 48, 51;

Psicotismo: Onde se integram indicadores de isolamento e estilo de vida esquizoide, que se encontram nos itens 3, 14, 34, 44, 53.

Esta escala tem assim, como objetivo avaliar a sintomatologia psicopatológica, tendo assim, sido usada como instrumento de despiste de psicopatologia existente na amostra recolhida, desta forma, identificar indivíduos para uma viável formação de grupos de acordo com a sintomatologia psicopatológica, ou para possível exclusão dos sujeitos prevenindo a eventualidade de enviesamento dos resultados. No final é realizada uma avaliação que consiste na soma dos valores obtidos em cada um dos itens, esta deve ser então dividida pelo número de itens que o indivíduo respondeu para cada dimensão, permitindo calcular o Índice Geral de Sintomas. Este índice está dividido em: Índice Geral de Sintomas; Índice total de Sintomas e o Índice de Mal-Estar, sendo que os últimos constituem avaliações sucintas da perturbação emocional. Devido às suas características psicométricas os resultados variam entre 62 e 80 e a estabilidade temporal entre 63 e 81 (Canavarro, 2007). (Anexo H)

Nova Escala Multifatorial da Depressão (NEMD)

A Nova Escala Multifatorial da Depressão foi elaborada por Cheung e Power (2012), no entanto, neste estudo foi utilizada uma tradução de Michele Balola e Victor Cláudio que se encontra a ser aferida à população Portuguesa. Esta, passa pela compreensão de sintomas ou formas de sentir que melhor descrevem como o indivíduo se tem sentido nas últimas duas semanas assim como no dia do preenchimento do questionário. Esta escala é composta por 52 itens, avaliados numa escala Likert que vai de 1 (Nunca) a 5 (Sempre). A NEMD engloba quatro sub escalas que compreende a maioria da sintomatologia depressiva, sendo elas: Emocional (itens 1 a 12); Cognitiva (itens 12 a 24 e 49 a 52); Somática (itens 25 a 36) e Interpessoal (itens 37 a 48). A soma final da escala varia entre os 52 e os 260 pontos. (Anexo I).

Procedimento

A recolha da amostra foi realizada em diversos momentos, sendo esta aleatória e por conveniência composta na sua totalidade por indivíduos do género feminino.

Assim, num primeiro momento foi pedido a alguns estudantes Universitários que participassem na investigação, tendo sido neste momento recolhida grande parte da amostra. Num segundo momento foi contactado a Escola Hellen Keller onde foi possível realizar a recolha a quatro Professoras do Ensino Primário. Num terceiro momento, a recolha foi feita através do Centro de Saúde da Damaia onde realizei o meu estágio Curricular. Foi ainda contactado o Hospital São José em Lisboa onde foi feita a recolha a Enfermeiras do serviço. Por fim, a recolha contou ainda com alguns participantes do Algarve que foram convidados a participar.

Desta forma, todos os momentos da recolha de dados foram realizados de forma individual onde foram fornecidas todas as informações acerca do estudo e esclarecidas possíveis dúvidas dos participantes tanto no início - com a leitura da Declaração de Consentimento Informado (Anexo B) - como no fim da aplicação.

Quanto a ordem de aplicação das escalas foi o questionário sociodemográfico, Tarefa de Memórias Autobiográficas (TMA), o Inventário de Depressão de Beck (BDI), Inventário de Estado-Traço de Ansiedade (STAI-Y), Big Five Inventory (BFI-44), Questionário de Esquemas de Young (YSQ), Inventário de Sintomas Psicopatológicos (BSI) e Nova Escala Multifatorial da Depressão (NEMD).

Cada sessão durou aproximadamente 1 hora e 30 minutos e foi informado aos sujeitos na tarefa de Memórias Autobiográficas que esta seria gravada através de um sistema de áudio.

Resultados

Resultados das Escalas Clínicas

Inventário de Depressão de Beck (BDI)

Perante os resultados obtidos no Inventário de Depressão de Beck (BDI), a distribuição dos participantes variou entre o valor mínimo de 0 e o valor máximo de 25.

Tabela 6: *Média e Desvio Padrão do BDI*

Estatísticas descritivas					
	N	Mínimo	Máximo	Média	Desvio Padrão
BDI_Total	62	,00	25,00	8,6613	6,65532
N válido (de lista)	62				

Os resultados do Inventário de Depressão de Beck indicam que a média dos sujeitos se encontram com Depressão Ligeira sendo que estes variam entre 4 e 13 e a média encontra-se neste intervalo.

Inventário de Estado-Traço de Ansiedade (STAI-Y)

Os resultados obtidos indicam uma média mais elevada na Ansiedade Estado (M= 48,82) e uma média mais reduzida média da Ansiedade Traço (M= 46,75), no entanto, apesar desta diferença, tanto na Ansiedade Estado como na Ansiedade Traço são apresentados níveis de ansiedade baixos (Tabela 7).

Tabela 7: *Média e Desvio Padrão do STAI-Y*

Estatísticas descritivas					
	N	Mínimo	Máximo	Média	Desvio Padrão
Total_STAI_E	62	35,00	62,00	48,8226	5,39436
Total_STAI_T	62	39,00	59,00	46,7581	4,41935
N válido (de lista)	62				

Big Five Inventory (BFI-44)

Tabela 8: *Médias e Desvio Padrão do BFI*

Estatísticas descritivas					
	N	Mínimo	Máximo	Média	Desvio Padrão
CBFI Extraversion	62	-1,62	1,85	,4858	,68419
CBFI Agreeableness	62	-,49	1,99	,8141	,57755
CBFI Conscientiousness	62	-,72	1,97	,6470	,70843
CBFI Neuroticism	62	-1,77	1,26	-,0711	,72660
CBFI Openness	62	-1,98	1,49	,4238	,62441
N válido (de lista)	62				

Nos resultados obtidos através do Big Five Inventory, estes indicam a média mais baixa no domínio do Neurotismo (M= -0,07) e o domínio com a média mais alta a Amabilidade (M= 0,81).

Questionário de Esquemas de Young (YSQ)

Tabela 9: *Médias e Desvio Padrão dos Domínios do YSQ*

Estatísticas descritivas					
	N	Mínimo	Máximo	Média	Desvio Padrão
Total_Instabilidade_Separação	62	25,00	124,00	45,4839	17,36847
Total_Enfraquecimento_Autonomia	62	9,00	51,00	31,1452	9,09305
Total_Indesejabilidade	62	20,00	70,00	32,9032	11,31908
Total_Redução_AutoExpressão	62	18,00	67,00	37,9194	11,93053
Total_Redução_Gratificação	62	28,00	96,00	52,1774	16,26172
Total_Enfraquecimento_Limites	61	11,00	48,00	20,1148	8,07692
N válido (de lista)	61				

Nos resultados obtidos no Questionário de Esquemas de Young, estes indicam que o domínio que apresenta a média mais baixa é o domínio do Enfraquecimento de Limites (M= 20,11). É indicado um mínimo de 11, sendo este o score mais baixo que se pode obter neste domínio e um máximo de 48, podendo ser o score mais elevado de 66. Já o domínio que apresenta a média mais elevada é o da Redução da Gratificação (M= 52,17), onde o mínimo é 28, sendo este o score mínimo que se pode obter neste domínio, e o máximo 96, podendo o score máximo 114.

Tabela 10: *Média e Desvio Padrão Total do YSQ*

Estatísticas descritivas					
	N	Mínimo	Máximo	Média	Desvio Padrão
YSQ_Total	62	125,00	409,00	219,4194	61,44451
N válido (de lista)	62				

Inventário de Sintomas Psicopatológicos (BSI)

Tabela 11: *Média e Desvio Padrão das Dimensões do BDI*

Estatísticas descritivas					
	N	Mínimo	Máximo	Média	Desvio Padrão
Somatização	62	1,00	3,71	1,5250	,70044
Obsessões_Compulsões	62	1,00	4,33	1,9919	,81673
Sensibilidade_interpessoal	62	1,00	4,00	1,7137	,85513
Depressão	62	1,00	4,00	1,7392	,86134
Ansiedade	62	1,00	3,50	1,7511	,62158
Hostilidade	62	1,00	4,20	1,6742	,66405
Ansiedade_fóbica	62	1,00	3,60	1,3419	,56381
Ideação_paranoide	62	1,00	3,80	1,7871	,75866
Psicotismo	62	1,00	3,40	1,5323	,62928
BSI_Total	62	1,00	3,57	1,6729	,62076
N válido (de lista)	62				

Os resultados obtidos considerando o Índice Geral de Sintomas (IGS), a dimensão com a média mais reduzida é a Somatização (M= 1,5250) que indica onde é avaliado o mal-estar resultante da percepção do funcionamento somático. A média mais elevada a das Obsessões-Compulsões (M= 1,9919) que nos indica cognições, impulsos e comportamentos experienciados como persistentes e aos quais o indivíduo não consegue resistir.

Nova Escala Multifatorial da Depressão (NEMD)

Tabela 12: *Média e Desvio Padrão das Sub escalas da NEMD*

Estatísticas descritivas					
	N	Mínimo	Máximo	Média	Desvio Padrão
Emocional	61	12,00	47,00	24,0984	7,14541
Cognitiva	61	15,00	56,00	25,5738	9,60809
Somática	61	12,00	37,00	22,2131	6,45010
Interpessoal	61	11,00	37,00	20,1803	7,48890
NEMD_Total	61	55,00	176,00	92,0656	28,25059
N válido (de lista)	61				

Os resultados obtidos na Nova Escala Multifatorial da Depressão indicam que a média da subescala mais reduzida é a Interpessoal (M=20,18) e a mais elevada a Cognitiva (M= 25,57). Nos resultados é nos dados ainda um valor total mínimo de 52, e o valor total máximo de 176, situando-se os dois valores dentro do intervalo onde o score mínimo é de 52 e o score máximo de 250.

Resultados das Hipóteses

Memórias Autobiográficas:

No total (Anexo J) foram recolhidos 1302 registos, em 724 Memórias Autobiográficas, onde 578 são não acontecimentos. Relativamente à especificidade das memórias autobiográficas 501 são específicas, 101 alargadas e 122 categóricas. Quanto à sua valência emocional, 102 são de valência emocional positiva, 165 de valência emocional negativa e 457 de valência emocional neutra.

A Tabela 1 apresenta a estatística descritiva (Anexo K) do número de evocações de Memórias Autobiográficas em mulheres do grupo etário mais jovem e em mulheres do grupo etário mais velho.

Tabela 1: *Estatísticas Descritivas do número de memórias autobiográficas nos dois grupos etários.*

	18-30 Anos	31-61 Anos
MA	400	324
NA	251	327
MA Positivas	51	51
MA Negativas	93	72
MA Neutras	256	201
MA Específicas	255	221
MA Categóricas	44	50
MA Alargadas	66	53

H1: Existe menor número de memórias autobiográficas de valência emocional positiva evocadas em mulheres do grupo etário mais jovem do que na faixa etária de mulheres mais velhas.

De forma a verificar esta hipótese foi utilizado o teste não-paramétrico de Mann-Whitney, visto que o pressuposto de Normalidade não se verifica (Anexo L). A tabela 2 resume os resultados obtidos.

Tabela 2: *Comparação do número médio de memórias autobiográficas de valência emocional positiva nos dois grupos etários.*

	Faixas Etárias	Média	DP	P
Total MA Positivas	18-30 Anos	2,217	1,704	0,670
	31-61 Anos	2,550	1,932	

Podemos concluir que não existem diferenças estatisticamente significativas ($p=0,670$) entre o número de memórias autobiográficas de valência emocional positiva evocadas em mulheres mais jovens ($M=2,217$) e do grupo etário mais velho ($M=2,550$).

H2: Mulheres na faixa etária mais jovem apresentam tempos de latência menores na evocação de memórias autobiográficas do que nas mulheres de faixa etária mais velha.

Para testar esta hipótese foi utilizado o teste t-student para amostras independentes (Anexo M). A tabela 3 apresenta o resumo destes resultados.

Tabela 3: *Comparação dos tempos médios de latência de evocação de memórias autobiográficas entre os dois grupos etários.*

	Faixas Etárias	N	Média	DP	P
Total Tempo de Latência	18-30 Anos	31	146,290	88,722	0,402
	31-61 Anos	31	127,775	83,825	

Através da tabela 3 podemos afirmar que não existem diferenças estatisticamente significativas [$t(60)=0,845$; $p>0,05$] na média dos tempos de latência, relativamente à evocação de memórias autobiográficas, entre mulheres mais jovens ($M=146,290$) e mulheres do grupo etário mais velho ($M=127,774$).

H3: O grupo etário de mulheres mais velhas apresenta menor número de evocações de memórias autobiográficas negativas do que mulheres do grupo etário mais jovem.

De forma a verificar esta hipótese foi utilizado o teste não-paramétrico de Mann-Whitney, visto que o pressuposto de Normalidade não se verifica (Anexo N). A tabela 4 resume os resultados obtidos.

Tabela 4: *Comparação do número médio de memórias autobiográficas de valência emocional negativa em mulheres mais jovens e em mulheres do grupo etário mais velho*

	Faixas Etárias	Média	DP	P
Total MA Negativas	18-30 Anos	3,321	1,926	0,337
	31-61 Anos	2,769	1,478	

Podemos concluir que não existem diferenças estatisticamente significativas ($p=0,337$) entre o número de memórias autobiográficas de valência emocional negativa evocadas em mulheres mais jovens ($M=3,321$) e do grupo etário mais velho ($M=2,769$).

Tabela 5: *Comparação das Médias das dimensões do Big Five Inventory entre as duas faixas etárias.*

	Faixas Etárias	N	Média	DP	P
Extroversão	18-30 Anos	31	,505	,655	0,831
	31-61 Anos	31	,467	,722	
Amabilidade	18-30 Anos	31	,778	,557	0,626
	31-61 Anos	31	,850	,605	
Conscienciosidade	18-30 Anos	31	,373	,641	0,002
	31-61 Anos	31	,921	,675	
Neuroticismo	18-30 Anos	31	-,008	,581	0,496
	31-61 Anos	31	-,135	,853	
Abertura à Experiência	18-30 Anos	31	,475	,548	0,520
	31-61 Anos	31	,372	,698	

H4: *Existe relação entre o aumento da idade no género feminino e o aumento da Amabilidade e Conscienciosidade.*

De forma a verificar se os níveis de Amabilidade e Conscienciosidade são superiores em mulheres do grupo etário mais velho do que o grupo etário mais novo foram realizados testes t-student (Anexo O). Através da observação da tabela 5 podemos concluir que apenas existem diferenças significativas nos níveis médios de Conscienciosidade [$t(60)=-3,281$; $p=0,002$] entre mulheres mais jovens e do grupo

etário mais velho, sendo que os níveis são efetivamente mais elevados nas mulheres do grupo etário mais velho.

H5: Existe relação entre o aumento da idade no gênero feminino e a redução dos valores nas dimensões Neuroticismo (N), Extroversão (E) e da Abertura à experiência (O).

De forma a verificar que os níveis de Neuroticismo, Extroversão e Abertura à Experiência são inferiores em mulheres do grupo etário mais velho do que mais jovens foram realizados testes t-student (Anexo O). Os resultados obtidos encontram-se na tabela 5.

Discussão dos resultados

Neste trabalho foram recolhidas 1302 memórias autobiográficas, sendo que, foram evocadas em média uma maioria de memórias categorizadas como específicas, segundo Robinson (1992), as mulheres evocam memórias com descrições mais detalhadas, mais vividas, mais emotivas e com maior significado individual. Foi também referido por Broverman, Vogel, Clarkson & Rosenkrantz (1972) que as mulheres apresentam maior facilidade em gerar memórias quando apresentadas palavras relacionadas com emoções ou afetos e que estas são mais recentes. Assim, as mulheres são tendencialmente mais detalhadas, emotivas e as suas narrativas apresentam-se melhor articuladas e com grande significado pessoal.

Quanto à valência emocional das memórias autobiográficas ao contrário do que era esperado, estas verificaram-se ser na sua maioria de valência emocional neutra. Apesar de Schlagman e Kvavilashvili (2008) observarem que tanto em memórias voluntárias como involuntárias evocadas por frases positivas tinham uma valência mais positiva, do que memórias evocadas por frases neutras, estas tinham uma valência mais positiva do que memórias evocadas por frases negativas. Desta forma, as médias da valência emocional em qualquer um destes estudos eram tendencialmente neutras a apontar no sentido positivo.

Relativamente à Hipótese 1: *Existe menor número de memórias autobiográficas de valência emocional positiva evocadas em mulheres do grupo etário mais jovem do que na faixa etária de mulheres mais velhas.* Neste estudo, obteve-se um valor igualitário em memórias autobiográficas de valência emocional positiva em ambos os grupos etários (N=51). Assim, os resultados verificados não vão de encontro ao esperado tendo em conta a literatura sendo que, não demonstraram diferenças estatisticamente significativas. No estudo de Berntsen e Rubin (2002), onde estes mencionam que as memórias autobiográficas de valência emocional positiva eram reportadas por eventos em que os participantes eram significativamente mais novos. A diferença de resultados obtidos quer na literatura, quer neste estudo pode ser justificada pela escassez de estudos nesta temática. Conclui-se deste modo, que a hipótese apresentada é infirmada.

Quanto à Hipótese 2: *Mulheres na faixa etária mais jovem apresentam tempos de latência menores na evocação de memórias autobiográficas do que nas mulheres de faixa etária mais velha.* Segundo os resultados obtidos num estudo de Rubin e

Schulkind (1997) na qual foi delineada uma experiência para compreender a distribuição e evocação das memórias autobiográficas ao longo da vida onde foram usadas como variáveis a idade, o género e o tempo de latência, foi observado pelos autores um aumento no tempo de reação com o aumento da idade dos sujeitos. No entanto, neste estudo não foram verificadas diferenças estatisticamente significativas, apesar de se verificar uma ligeira diferença, este facto pode ser justificado uma vez que os grupos etários apresentam idades relativamente próximas. Neste sentido, mulheres que se encontrem em faixas etárias mais velhas (31-61), que estejam no limiar do grupo de mulheres em faixas etárias mais novas (18-30), podem estar a enviesar estes resultados, visto que alguns sujeitos deste segundo grupo têm apenas um ano de diferença. Ainda como possível justificação deste enviesamento, segundo o estudo dos autores referidos, a diferença etária entre os grupos estudados foi de 35 anos, deste modo, o grupo jovem encontra-se no início da idade adulta, onde a população é ativa (existência de estímulo do processamento cognitivo) e o grupo de idosos neste estudo situa-se em idades mais avançadas onde na sua maioria se trata de população inativa (reduzido estímulo cognitivo). Deste modo, conclui-se que a hipótese foi infirmada.

Analisando a Hipótese 3: *Se grupo etário de mulheres mais velhas apresenta menor número de evocações de memórias autobiográficas de valência emocional negativa então, o grupo etário mais jovem apresentam maior número de evocações.*

No estudo de Berntsen e Rubin (2002), é possível verificar que independentemente da valência emocional, as mulheres de faixas etárias mais novas evocaram um maior número de memórias autobiográficas do que mulheres mais velhas. Esta hipótese foi sustentada no estudo de Mather e Carstensen (2005), onde é referido que conforme envelhecemos tomamos como prioritários os acontecimentos positivos e os acontecimentos que possam aumentar o sentimento negativo são esquecidos. Na análise de resultados foi possível observar que, existem diferenças entre os grupos etários, sendo que no grupo de mulheres de faixas etárias mais novas a média é superior ($M=3,321$) do que no grupo de mulheres de faixas etárias mais velhas inferior ($M=2,769$), contudo estas diferenças não são estatisticamente significativas, sendo assim, infirmada a hipótese, porém com linhas de tendência a ser confirmada.

Quanto à Hipótese 4: *Existe relação entre o aumento da idade no género feminino e o aumento da Amabilidade e Conscienciosidade.*

Na relação dos Traços com a idade, os autores defendem que, à medida que se envelhece, a "Amabilidade" e a "Conscienciosidade" sofrem um relativo aumento

(Costa & McCrae, 1994). Nesta hipótese foram verificadas diferenças nos níveis de Amabilidade e Conscienciosidade, sendo que neste último é estatisticamente significativo. A relação entre o aumento da idade e os níveis de Amabilidade podem ser justificados, uma vez que com o aumento da idade as pessoas dão mais importância aos acontecimentos de valência emocional positiva (Mather & Carstensen, 2005), deste modo, e em conformidade com a dimensão Amabilidade (A) as pessoas tornam-se mais confiáveis, altruístas, modestas e com princípios, sendo estes aspetos de valência emocional positiva na cultura Portuguesa; e ainda no que concerne ao aumento da dimensão Conscienciosidade (C) com a idade, as pessoas através das suas experiências de vida dispensam o que não é relevante, tornando-as mais objetivas. Em conclusão a esta hipótese, esta é infirmada com linhas de tendência a ser confirmada.

Na Hipótese 5: *Existe relação entre o aumento da idade no género feminino e a redução dos valores nas dimensões Neuroticismo (N), Extroversão (E) e da Abertura à experiência (O).*

À medida que se envelhece o "Neuroticismo", a "Extroversão" e a "Abertura à Experiência" tendem a decrescer (Costa & McCrae, 1994). No entanto não se verificam os níveis inferiores de Neuroticismo, Extroversão e Abertura à Experiência nas mulheres mais velhas, quando comparado com mulheres do grupo etário mais jovem, visto que o neuroticismo remete para valências emocionais negativas, sendo que o valor obtido é mais baixo vem em concordância com os autores Mather e Carstensen (2005), que referem que, o grupo etário mais velho vai atribuir maior importância a acontecimentos de valência emocional positiva, existindo menos emotividade consequentemente uma adaptação emocional, sujeitos mais calmos e mais relaxados. Os resultados obtidos na dimensão extroversão foram superiores na faixa etária mais jovem do que na faixa etária mais velha, tendo sido em concordância com a hipótese, porém não se verificou valores estatisticamente significativos, ou seja, se a população mais velha apresenta um valor de extroversão mais baixo, significa que os sujeitos são menos energéticos, menos ativos e mais reservados. Estas conclusões vão em conformidade com o que foi anteriormente mencionado na dimensão neuroticismo, visto que os sujeitos são mais relaxados e tranquilos. Por último, na dimensão abertura à experiência com o aumento da idade esta diminui o que significa que os sujeitos não apresentam abertura a novas experiências, a novos pensamentos e mostram-se mais reservados. Apesar dos valores obtidos irem em concordância com a hipótese estes não são estatisticamente significativos, infirmando a mesma.

Conclusão

Este estudo vai contribuir para uma melhor compreensão das memórias autobiográficas, uma vez que existe pouco conhecimento sobre esta temática, contribuindo para perceber a influência que as experiências vivenciadas têm na identidade pessoal e por conseguinte na personalidade do indivíduo, bem como um entendimento mais aprofundado do self do sujeito, dos seus pensamentos e comportamentos. Assim, este estudo poderá contribuir para um aprofundamento do conhecimento psicoterapêutico no sentido em que o psicoterapeuta poderá delinear estratégias de consulta tendo em conta as características de personalidade anteriormente mencionadas, bem como, as fases de vida em que os sujeitos se encontram (fase mais jovem, adulta e idosa).

Como se sabe, a evocação de recordações é seletiva, uma vez que nos lembramos de uns acontecimentos e de outros não, este facto pode ser justificado segundo a literatura revista devido à importância emocional que cada pessoa atribui ao acontecimento, deste modo, as valências atribuídas por cada sujeito têm um papel fulcral no estudo das memórias autobiográficas.

Referente à velocidade de processamento de evocação de memórias autobiográficas, o seu decréscimo está relacionado com o aumento da idade, neste estudo não foram verificadas diferenças estatisticamente significativas, devido ao facto o intervalo de idades entre os dois grupos ser reduzido, o que poderá ter enviesado estes resultados, apesar de terem sido visíveis essas diferenças. O decréscimo da velocidade de processamento vai diminuir o nível cognitivo com o aumento da idade, e por conseguinte as suas capacidades e funcionalidades, como o processamento de informação, aumentando assim o tempo de latência de resposta dos sujeitos mais velhos. Desta forma, a perda de capacidade vai ter repercussões a nível do processamento da informação e a declínios da memória, provocando uma distorção da autoimagem do sujeito, e a uma diminuição da autoestima. Com esta informação pode-se utilizar atividades de estimulação cognitiva a nível psicoterapêutico para contribuir para um melhor bem-estar da população idosa.

Com o aumento da idade em relação à personalidade, foi verificado que as mulheres tendem a ser mais altruístas, bondosas, prestáveis e confiáveis minimizando os aspetos considerados supérfluos da vida, dando assim, menos importância a acontecimentos de valência emocional negativa. Foi assim possível verificar ainda com

este aumento, que estas apresentam um tipo de personalidade mais reservada socialmente, mais calmas e relaxas não sendo curiosas, e, portanto, mais limitadas no que concerne a novas experiências. Assim, pode-se concluir que as pessoas do género feminino com o avanço da idade dão menos importância a aspetos da vida de valência emocional negativa, no entanto a limitação a novas experiências poderá contribuir para um modo de vida demasiado rotineiro, uma vez que as faixas etárias mais jovens apresentam uma maior necessidade de recorrer ao processamento da informação devido à sua vida mais ativa, ao contrário do que acontece com as faixas etárias mais velhas, o que poderá prejudicar a nível psicológico da pessoa. Estes resultados podem ser justificados através da informação observada na realização do protocolo, onde se percebeu que as histórias relatadas pela população de mulheres numa faixa etária mais idosa eram maioritariamente de valência emocional negativa no que concerne a uma visão cultural, porém como não foram mencionadas terminologias como "triste", "mau" e "infeliz", estas através dos critérios de categorização realizados foram classificadas como neutras, deste modo, estas informações não foram tidas em conta à categorização de valências emocionais aqui estudadas, o que poderá ter contribuído para que não fossem observadas diferenças nos resultados obtidos.

Quanto às limitações deste estudo, aponto para a extensão do protocolo utilizado, na qual diversas foram as queixas feitas pelos participantes devido à duração do mesmo, por este facto foram evidentes os sinais de fadiga que por vezes levaram à desistência, podendo desta forma levar o enviesamento dos resultados obtidos. Outra das limitações prende-se pelo facto de, como já foi referido anteriormente, a existência de literatura na área das memórias autobiográficas na população feminina ser escassa, levando a algumas dificuldades na interpretação dos resultados. Torna-se assim, pertinente colocar a hipótese de quais seriam as alterações dos resultados aumentando o número de amostra recolhida, bem como a diferença etária entre cada grupo ser maior do que neste estudo, podendo assim aumentar o número de significância. Seria também importante para que fosse possível aprofundar o conhecimento desta temática o estudo entre o grupo da faixa etária infantil em relação à faixa etária adulta, e ainda o grupo de jovens adultos com as faixas etárias mais etárias, estabelecendo deste modo diferenças significativas etárias entre cada grupo.

Concluindo, neste trabalho e perante os dados adquiridos a memória parece resistir ao impacto dos efeitos do tempo, talvez por ser construída perante situações com

alto grau de emoção, sendo estas mais relevantes para as pessoas, e por sua vez mais difíceis de serem esquecidas.

Referências Bibliográficas

- Alea, N., Vick, S. and Hyatt, A. (2010). The Content of Older Adults, Autobiographical Memories Predicts the Beneficial Outcomes of Reminiscence Group Participation. *Journal of Adult Development*, 17(3), pp.135-145.
- Berntsen, D. (1996). Involuntary autobiographical memories. *Applied Cognitive Psychology*, 10, 435-454.
- Berntsen, D. & Ramussen, A. S. (2010). Personality traits and autobiographical memory: Openness is positively related to the experience and usage of recollections. *Memory*, 774-786.
- Berntsen, D., & Rubin, D. C. (2002). Emotionally charged autobiographical memories across the life span: *The recall of happy, sad, traumatic, and involuntary memories*. *Psychology and Aging*, 17, 636-652.
- Bluck, S., & Li, K. Z. (2001). Predicting memory completeness and accuracy: Emotion and exposure in repeated autobiographical recall. *Applied Cognitive Psychology*, 15(2), 145-158.
- Bluck, S., Alea, N., Habermas, T., & Rubin, D. (2005). A tale of three functions: the self-reported uses of autobiographical memory. *Social Cognition*. Vol. 23, No.1, pp. 91-117.
- Bluck, S. (2003). Autobiographical memory: Exploring its functions in everyday life. *Memory*, 11(2), 113-123.
- Brewer, W.F. (1986). What is autobiographical memory? In D.C. Rubin (Ed), *Autobiographical memory*. pp.25-49. New York: Cambridge University Press.
- Brown, R., & Kulik, J. (1977). Flashbulb memories. *Cognition*, 5(1), 73-99.

- Broverman, I. K., Vogel, S. R., Broverman, D.M., Clarkson, F.E., & Rosenkrantz, P.S. (1972). Sex-role stereo-types: A current appraisal. *Journal of Social Issues*, 28 (2), 59- 78.
- Canavarro, M. C. (1999). Inventário de sintomas psicopatológicos: BSI. In M. R. Simões, M. Gonçalves, L. S. Almeida (Eds.), *Testes e provas psicológicas em Portugal* (vol. II, pp.87-109). Braga: Associação dos Psicólogos Portugueses.
- Cláudio, V. (2004). *Da trama das minhas memórias o fio que tece a depressão: Esquecimento dirigido e memória autobiográfica na depressão major*. Lisboa: ISPA.
- Cheung, H. N. & Power, M. J. (2012). The Development of a New Multidimensional Depression Assessment Scale: *Preliminary Results. Clinical Psychology and Psychotherapy*, 19, 170 – 178.
- Collins, K., Pillemer, D., Ivcevic, Z. and Gooze, R. (2007). Cultural script guide recall of intensely positive life events. *Memory & Cognition*. 35(4), pp. 651-659.
- Conway, M. (1990). *Autobiographical Memory: an introduction*. Philadelphia: Open University Press.
- Conway, M. A., & Pleydell-Pearce, C. W. (2000). The construction of autobiographical memories in the self-memory system. *Psychological review*, 107(2), 261.
- Conway, M. A., Singer, J. A., & Tagini, A. (2004). The self and autobiographical memory: Correspondence and coherence. *Social cognition*, 22(5), 491.
- Costa, P. T., Jr. & McCrae, R. R. (1994a). Set like plaster? Evidence for the stability of adult personality. In T. F. Heatherton & J. L. Weinberger (Eds.), *Can personality change?*. Washington DC: American Psychological Association.
- Costa, P. T., & MacCrae, R. R. (2000). NEO PI-R: inventário de personalidade NEO revisto: manual profissional

- Davis, P. J. (1999). Gender differences in autobiographical memory for childhood emotional experiences. *Journal of personality and social psychology*, 76(3), 498.
- Dibo, J. L. A. (2004). Pré-concepção do funcionamento cognitivo: uma proposta de prevenção e promoção do envelhecimento saudável. Monografia. Universidade Federal de Juiz de Fora, Minas Gerais.
- Ellis, H. C., & Moore, B. A. (1999). Mood and memory. *Handbook of cognition and emotion*, 193-210.
- Fivush, R., Bohanek, J., Zaman, W. and Grapin, S. (2012). Gender Differences in Adolescents, *Autobiographical Narratives*.
- Fujita, F., Diener, E., & Sandvik, E. (1991). Gender differences in negative affect and well-being: the case for emotional intensity. *Journal of personality and social psychology*, 61(3), 427.
- Gleitman, H. (1990). Memória. In H. Gleitman (Eds.), *Psicologia* (pp. 317-370). Lisboa: Fundação Calouste de Gulbenkian.
- Gredler, G. (2000). Golombok, S., & Fivush, r. (1994). Gender development. New York: Cambridge University Press. 275 pp. *Psychology in the Schools*, 37(4), pp. 394-395.
- Gruhn, D., Smith, J. and Baltes, P. (2005). No Aging Bias Favoring Memory for Positive Material: *Evidence From a Heterogeneity-Homogeneity List Paradigm Using Emotionally Toned Words*.
- Hansenne, M. (2003). *Psicologia da personalidade* (J. Almeida, Trad.) Lisboa: Climpisi Editores. *Original publicado em*.

- Holland, A. C., & Kensinger, E. A. (2010). Emotion and autobiographical memory. *Physics of life reviews*, 7(1), 88-131.
- Hudson, J. A & Grysman, A. (29 de Julho de 2013). Gender differences in autobiographical memory: Developmental and methodological consideration. *Developmental Review*, pp. 239-272.
- Johnson, M. K., Foley, M. A., Suengas, A. G., & Raye, C. L. (1988). Phenomenal characteristics of memories for perceived and imagined autobiographical events. *Journal of Experimental Psychology: General*, 117(4), 371.
- Mather, M., & Carstensen, L. L. (2005). Aging and motivated cognition: The positivity effect in attention and memory. *Trends in cognitive sciences*, 9(10), 496-502.
- McAdams, D.P., (2001). The psychology of life stories. *Review of General Psychology*, 5, 100-122.
- McGivern, R. F., Huston, J. P., Byrd, D., King, T., Siegle, G. J., Reilly, J. P., Herlitz, A., Nilsson, L. G., e Bäckman, L. P. (1997). Sex differences in visual recognition memory: Support for a sex-related difference in attention in adults and children. *Brain and Cognition*, 34, 323-336.
- Parente, M. A. M. P (2006). *Cognição e envelhecimento*. Porto Alegre: Artmed.
- Pergher, G. K. & Nascimento, J. M. (2011). Memória autobiográfica e depressão: um estudo correlacional com amostra clínica. *Psicologia: Teoria e Prática*, 142-153
- Piefke, M., & Fink, G.R. (2005). Recollections of one's own past: the effects of aging and gender on the neural mechanisms of episodic autobiographical memory. *Anatomy & Embryology*, 210 (5-6), 497-512.
- Pillemer, D. B. (2001). Momentous events and the life story. *Review of General*

Psychology, 5(2), 123.

Pillemer, D. (2003). Directive functions of autobiographical memory: The guiding power of the specific episode. *Memory*, 11(2), 193-202.

Pillemer, D., Ivcevic, Z., Gooze, R. and Collins, K. (2007). Self-Esteem Memories: Feeling Good About Achievement Success, Feeling Bad About Relationship Distress. *Personality and Social Psychology Bulletin*. 33(9), pp. 1292-1305.

Piolino, P., Desgranges, B., Benali, K., & Eustache, F. (2002). Episodic and semantic remote autobiographical memory in ageing. *Memory*, 10(4), 239-257.

Rasmussen, A. S., & Berntsen, D. (2009). Emotional valence and the functions. *Memory & Cognition*, 37(4), 477-492.

Reiser, B. J. Black. JB, & Kalamarides, P.(1986). Strategic memory search processes. *Autobiographical memory*, 100-121.

Ros, L., & Latorre, J. M. (2010). Gender and age differences in the recall of affective autobiographical memories using the autobiographical memory test. *Personality and Individual Differences*, 49(8), 950-954.

Robinson, J. A. (1986). Autobiographical memory: a historical prologue. In D.C. Rubin (Ed.), *Autobiographical memory* (pp. 19-24). USA: Cambridge University Press.

Rubin, D.C., & Berntsen, D. (2009). The frequency of voluntary and involuntary autobiographical memories across the life span. *Memory & Cognition*, 37, 679-688.

Rubin, D. C., Rahhal, T. A., & Poon, L. W. (1998). Things earned in early adulthood are remembered best. *Memory and Cognition*, 26, 3-19.

Rubin, D.C., & Siegler, I.C. (2004). Facets of personality and the phenomenology of autobiographical memory. *Applied Cognitive Psychology*. 18; 913-930.

- Rubin, D. C., & Schulkind, M. D. (1997). Distribution of important and word-cued autobiographical memories in 20-, 35-, and 70-year-old adults. *Psychology and aging, 12*(3), 524.
- Santos, S. C. & Silva, D. R. (1997). Adaptação do State-Trait Anxiety Inventory (STAI) – Form Y para a população Portuguesa: Primeiros dados. *Revista Portuguesa de Psicologia, 32*, 85-98.
- Saucier, G., & Goldberg, L. (1996). The Language of Personality: Lexical Perspectives. *The five-factor model of personality: Theoretical perspectives, 21*.
- Schlagman, S., & Kvavilashvili, L. (2008). *Involuntary autobiographical memories in and outside the laboratory: How different are they from voluntary autobiographical memories?*. *Memory & Cognition, 36*, 920-932.
- Schlagman, S., Kliegel, M., Schulz, J., & Kvavilashvili, L. (2009). Differential effects of age on involuntary and voluntary autobiographical memory. *Psychology and aging, 24*(2), 397.
- Sliwinski M, Buschke H. Processing speed and memory in aging and dementia. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences. 1997; 52* (6): 308-318.
- Spielberger, C. D, Gorsuch, R. L, Lushene, R. E. (1979). Inventário de Ansiedade Traço-Estado IDATE - Manual. Trad e adaptação Ângela Biaggio. Rio de Janeiro: CEPA.
- Spielberger, C. D. (1983). *The state-trait anxiety inventory - STAI for Y* (test manual). Palo Alto: Consulting Psychologists Press.
- St. Jacques, P. L., & Levine, B. (2007). Ageing and autobiographical memory for emotional and neutral events. *Memory, 15*, 129-144.

St. Jacques, P. L., Conway, M. A., & Cabeza, R. (2011). Gender differences in autobiographical memory for everyday events: retrieval elicited by SenseCam images versus verbal cues. *Memory*, 19(7), 723-732.

Williams, J. M. G., Barnhofer, T., Crane, C., Herman, D., Raes, F., Watkins, E., & Dalgleish, T. (2007). Autobiographical memory specificity and emotional disorder. *Psychological bulletin*, 133(1), 122.

Anexos

Anexo A – Caracterização da Amostra

Gênero					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Feminino	62	100,0	100,0	100,0

Estatísticas descritivas					
	N	Mínimo	Máximo	Média	Desvio Padrão
Idade	62	18	61	33,74	12,718
N válido (de lista)	62				

Idade					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	18	1	1,6	1,6	1,6
	19	1	1,6	1,6	3,2
	20	1	1,6	1,6	4,8
	21	5	8,1	8,1	12,9
	22	4	6,5	6,5	19,4
	23	9	14,5	14,5	33,9
	24	4	6,5	6,5	40,3
	26	2	3,2	3,2	43,5
	27	3	4,8	4,8	48,4
	30	1	1,6	1,6	50,0
	31	1	1,6	1,6	51,6
	32	3	4,8	4,8	56,5
	33	1	1,6	1,6	58,1
	34	1	1,6	1,6	59,7
	35	2	3,2	3,2	62,9
	37	2	3,2	3,2	66,1
	38	1	1,6	1,6	67,7
	40	3	4,8	4,8	72,6
	41	1	1,6	1,6	74,2
	44	1	1,6	1,6	75,8
	46	1	1,6	1,6	77,4
	47	1	1,6	1,6	79,0
	49	1	1,6	1,6	80,6
	50	2	3,2	3,2	83,9
	52	3	4,8	4,8	88,7
	53	1	1,6	1,6	90,3

54	1	1,6	1,6	91,9
56	1	1,6	1,6	93,5
57	1	1,6	1,6	95,2
58	2	3,2	3,2	98,4
61	1	1,6	1,6	100,0
Total	62	100,0	100,0	

2 Faixas Etárias: 18-30Anos (31 sujeitos) e 31-61Anos (31 sujeitos)

Faixas Etárias					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	18-30 Anos	31	50,0	50,0	50,0
	31-61 Anos	31	50,0	50,0	100,0
	Total	62	100,0	100,0	

Estado Civil					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Solteiro	38	61,3	61,3	61,3
	Casado	18	29,0	29,0	90,3
	Divorciado	4	6,5	6,5	96,8
	Viúvo	1	1,6	1,6	98,4
	União de facto	1	1,6	1,6	100,0
	Total	62	100,0	100,0	

Habilitações Literárias					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	4º ano	6	9,7	9,7	9,7
	6º ano	25	40,3	40,3	50,0
	12º ano	24	38,7	38,7	88,7
	Licenciatura	7	11,3	11,3	100,0
	Total	62	100,0	100,0	

Declaração de Consentimento Informado

Car@ participante,

No âmbito da obtenção de grau de Mestre em Psicologia Clínica, a realizar no ISPA – Instituto Universitário das Ciências Psicológicas, Sociais e da Vida, eu, Joana Filipa Barbosa, encontro-me a realizar uma dissertação de mestrado na área das Memórias Autobiográficas, sob a orientação do Prof. Doutor Victor Cláudio.

Asseguro que será mantido o anonimato e a confidencialidade de todos os seus dados.

Declaro que:

- Fui informad@ que para este estudo, está prevista a aplicação de vários instrumentos com a duração aproximada de 60min;
- Fui informad@ que uma das tarefas implica uma gravação em áudio;
- Fui informad@ que tenho oportunidade de colocar qualquer pergunta a qualquer momento da investigação;
- Foi assegurada a confidencialidade dos dados recolhidos;
- Fui informad@ que sou livre de interromper a qualquer momento a participação nesta investigação, sem qualquer penalização;
- Fui informad@ que, no fim da minha participação no estudo, tenho a possibilidade de esclarecer qualquer dúvida através do endereço electrónico joanabrb@hotmail.com

Após estar devidamente informad@, declaro que aceito participar no estudo.

(Participante)

Data: ___/___/___

Anexo C- Questionário Socio-demográfico

Questionário Sociodemográfico

Idade: ____

Profissão: _____

Género: Feminino Masculino

Tem filhos: Sim Não

Caso tenha respondido Sim, quantos: ____

Estado Civil: Solteiro/a

Casado/a

Divorciado/a

Viúvo/a

União de facto

Habilitações Literárias: Ensino básico

Ensino secundário

Ensino Superior

Medicação psicofarmacológica: Atualmente Desde quando:_____

No passado Quando:_____

Apoio Psicoterapeuta: Atualmente Desde quando:_____

No passado Quando:_____

Anexo D- Inventário de Depressão de Beck (BDI)

INVENTÁRIO DE DEPRESSÃO DE BECK

Beck, Ward, Mendelson, Mock & Erbaugh (1961)

Tradução e Adaptação Victor Cláudio (1990)

Neste questionário existem grupos de quatro afirmações. Por favor, leia cuidadosamente cada uma delas. A seguir seleccione a afirmação, em cada grupo, que melhor descreve como se sentiu NA SEMANA QUE PASSOU, INCLUINDO O DIA DE HOJE. Desenhe um círculo em torno do número ao lado da afirmação seleccionada. Se escolher dentro de cada grupo várias afirmações, faça um círculo em cada uma delas. Certifique-se que leu todas as afirmações de cada grupo antes de fazer a sua escolha.

1. 0 Não me sinto triste.
 1 Sinto-me triste.
 2 Sinto-me triste o tempo todo e não consigo evitá-lo.
 3 Sinto-me tão triste ou infeliz que não consigo suportar.

2. 0 Não estou particularmente desencorajado(a) em relação ao futuro.
 1 Sinto-me desencorajado(a) em relação ao futuro.
 2 Sinto que não tenho nada a esperar.
 3 Sinto que o futuro é sem esperança e que as coisas não podem melhorar.

3. 0 Não me sinto fracassado(a).
 1 Sinto que falhei mais do que um indivíduo médio.
 2 Quando analiso a minha vida passada, tudo o que vejo é uma quantidade de fracassos.
 3 Sinto que sou um completo fracasso.

4. 0 Eu tenho tanta satisfação nas coisas como antes.
 1 Não tenho satisfação com as coisas como costumava ter.
 2 Não consigo sentir verdadeira satisfação com coisa alguma.
 3 Estou insatisfeito(a) ou entediado(a) com tudo.

5. 0 Não me sinto particularmente culpado(a).
 1 Sinto-me culpado(a) grande parte do tempo.
 2 Sinto-me bastante culpado(a) a maior parte do tempo.
 3 Sinto-me culpado(a) o tempo todo.

6. 0 Não sinto que esteja a ser punido(a).
 1 Sinto que posso ser punido(a).
 2 Sinto que mereço ser punido(a).
 3 Sinto que estou a ser punido(a).

7. 0 Não me sinto desapontado(a) comigo mesmo(a).
1 Sinto-me desapontado(a) comigo mesmo(a).
2 Sinto-me desgostoso(a) comigo mesmo(a).
3 Eu odeio-me.
8. 0 Não sinto que seja pior que qualquer outra pessoa.
1 Critico-me pelas minhas fraquezas ou erros.
2 Culpo-me constantemente pelas minhas faltas.
3 Culpo-me de todas as coisas más que acontecem.
9. 0 Não tenho qualquer ideia de me matar.
1 Tenho ideias de me matar, mas não sou capaz de as concretizar.
2 Gostaria de me matar.
3 Eu matar-me-ia se tivesse uma oportunidade.
10. 0 Não costumo chorar mais do que o habitual.
1 Choro mais agora do que costumava fazer.
2 Actualmente, choro o tempo todo.
3 Eu costumava conseguir chorar, mas agora não consigo, ainda que queira.
11. 0 Não me irrita mais do que costumava.
1 Fico aborrecido(a) ou irritado(a) mais facilmente do que costumava.
2 Actualmente, sinto-me permanentemente irritado(a).
3 Já não consigo ficar irritado(a) com as coisas que antes me irritavam.
12. 0 Não perdi o interesse nas outras pessoas.
1 Interesse-me menos do que costumava pelas outras pessoas.
2 Perdi a maior parte do interesse nas outras pessoas.
3 Perdi todo o meu interesse nas outras pessoas.

13. 0 Tomo decisões tão bem como antes.
1 Adio as minhas decisões mais do que costumava.
2 Tenho maior dificuldade em tomar decisões do que antes.
3 Já não consigo tomar qualquer decisão.
14. 0 Não sinto que a minha aparência seja pior do que costumava ser.
1 Preocupo-me porque estou a parecer velho(a) ou nada atraente.
2 Sinto que há mudanças permanentes na minha aparência que me tornam nada atraente.
3 Considero-me feio(a).
15. 0 Sou capaz de trabalhar tão bem como antes.
1 Preciso de um esforço extra para começar qualquer coisa.
2 Tenho que me esforçar muito para fazer qualquer coisa.
3 Não consigo fazer nenhum trabalho.
16. 0 Durmo tão bem como habitualmente.
1 Não durmo tão bem como costumava.
2 Acordo uma ou duas horas mais cedo do que o habitual e tenho dificuldade em voltar a adormecer.
3 Acordo várias horas mais cedo do que costumava e não consigo voltar a dormir.
17. 0 Não fico mais cansado(a) do que é habitual.
1 Fico cansado(a) com mais facilidade do que antes.
2 Fico cansado(a) ao fazer quase tudo.
3 Estou demasiado cansado(a) para fazer qualquer coisa.
18. 0 O meu apetite é o mesmo de sempre.
1 Não tenho tanto apetite como costumava ter.
2 O meu apetite, agora, está muito pior.
3 Perdi completamente o apetite.

19. 0 Não perdi muito peso, se é que perdi algum ultimamente.
1 Perdi mais de 2,5 Kg.
2 Perdi mais de 5 Kg.
3 Perdi mais de 7,5 Kg.
Estou propositadamente a tentar perder, comendo menos. Sim __ Não __
20. 0 A minha saúde não me preocupa mais do que o habitual.
1 Preocupo-me com problemas físicos, como dores e aflições, má disposição do estômago ou prisão do ventre.
2 Estou muito preocupado(a) com problemas físicos e torna-se difícil pensar em outra coisa.
3 Estou tão preocupado(a) com os meus problemas físicos que não consigo pensar em qualquer outra coisa.
21. 0 Não tenho observado qualquer alteração recente no meu interesse sexual.
1 Estou menos interessado(a) na vida sexual do que costumava.
2 Sinto-me, actualmente, muito menos interessado(a) pela vida sexual.
3 Perdi completamente o interesse na vida sexual.

Anexo E- Inventário de Estado-Traço de Ansiedade (STAI-Y)

STAI Forma Y-1

INSTRUÇÕES: Em baixo tem uma série de frases que são habitualmente utilizadas para descrever pessoas. Leia cada uma delas e assinale com uma cruz (X) o algarismo da direita que melhor indica **como se sente neste momento**. Não há respostas certas ou erradas. Não demore muito tempo com cada frase; responda de modo a descrever o melhor possível a maneira **como se sente agora**.

	NADA	UM POUCO	MODERADAMENTE	MUITO
1. Sinto-me calmo.	1	2	3	4
2. Sinto-me seguro.	1	2	3	4
3. Estou tenso.	1	2	3	4
4. Sinto-me cansado.	1	2	3	4
5. Sinto-me à vontade.	1	2	3	4
6. Sinto-me perturbado.	1	2	3	4
7. Presentemente, preocupo-me com possíveis desgraças.	1	2	3	4
8. Sinto-me satisfeito.	1	2	3	4
9. Sinto-me amedrontado.	1	2	3	4
10. Sinto-me confortável.	1	2	3	4
11. Sinto-me autoconfiante.	1	2	3	4
12. Sinto-me nervoso.	1	2	3	4
13. Estou trémulo.	1	2	3	4
14. Sinto-me indeciso.	1	2	3	4
15. Estou descontraído.	1	2	3	4
16. Sinto-me contente.	1	2	3	4
17. Estou preocupado.	1	2	3	4
18. Sinto-me confuso.	1	2	3	4
19. Sinto-me firme.	1	2	3	4
20. Sinto-me bem.	1	2	3	4

STAI Forma Y-2

INSTRUÇÕES: Em baixo tem uma série de frases que são habitualmente utilizadas para descrever pessoas. Leia cada uma delas e assinale com uma cruz (X) o algarismo da direita que melhor indica a forma **como se sente habitualmente**. Não há respostas certas ou erradas. Não demore muito tempo com cada frase, responda de modo a descrever o melhor possível a maneira **como se sente habitualmente**.

	QUASE NUNCA	ALGUMAS VEZES	FREQUENTEMENTE	QUASE SEMPRE
1. Sinto-me bem.	1	2	3	4
2. Sinto-me nervoso e agitado.	1	2	3	4
3. Sinto-me satisfeito comigo mesmo.	1	2	3	4
4. Gostava de poder ser tão feliz como os outros parecem ser.	1	2	3	4
5. Sinto-me falhado.	1	2	3	4
6. Sinto-me tranquilo.	1	2	3	4
7. Estou "calmo, fresco e concentrado".	1	2	3	4
8. Sinto que as dificuldades se acumulam de tal forma que não as consigo ultrapassar.	1	2	3	4
9. Preocupo-me demais com coisas que na realidade não têm importância.	1	2	3	4
10. Estou feliz.	1	2	3	4
11. Tenho pensamentos que me perturbam.	1	2	3	4
12. Falta-me autoconfiança.	1	2	3	4
13. Sinto-me seguro.	1	2	3	4
14. Tomo decisões facilmente.	1	2	3	4
15. Sinto-me inadequado.	1	2	3	4
16. Estou contente.	1	2	3	4
17. Passam-me pela cabeça pensamentos sem importância que me perturbam.	1	2	3	4
18. As contrariedades afectam-me de modo tão intenso que não consigo afastá-las da minha mente.	1	2	3	4
19. Sou uma pessoa firme.	1	2	3	4
20. Fico tenso e perturbado quando penso nas minhas preocupações e interesses actuais.	1	2	3	4

Anexo F- Big Five Inventory (BFI-44)



15025

Este questionário vai ser submetido a leitura óptica. Por favor, use tinta **preta** preenchendo o círculo na sua totalidade.

Preencha

assim

assim não



BIG FIVE INVENTORY (BFI - 44)

John, Donahue & Kentle

Nome _____

Idade anos

Género M F

B.I.

Instruções

Apresentamos-lhe um conjunto de características que podem ou não aplicar-se a si. Por exemplo, acha que é uma pessoa que gosta de conviver? A sua tarefa consiste em indicar o quanto discorda ou concorda com cada frase, utilizando uma escala que vai do 1 (discordo fortemente) até 5 (concordo fortemente) e em que o 2, 3 e 4 correspondem a julgamentos intermédios.

Lembre-se de que não existem respostas certas nem erradas; responda com sinceridade, de acordo com o seu modo de ser habitual.

Assim...	Discordo fortemente 1	Discordo parcialmente 2	Não concordo nem discordo 3	Concordo Parcialmente 4	Concordo fortemente 5
Vejo-me como alguém que...					
1. ... é conversador(a).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. ... tende a encontrar os defeitos nos outros.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. ... é minucioso(a) no seu trabalho.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. ... é deprimido(a), melancólico(a).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. ... é original, tem ideias inovadoras.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6. ... é reservado(a).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7. ... é prestável e não é egoísta para com os outros.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8. ... é, por vezes, descuidado(a).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9. ... é descontraindo(a), lida bem com o stress.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10. ... tem curiosidade em relação a diferentes assuntos.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
11. ... tem muita energia.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12. ... inicia disputas com os outros.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13. ... é um(a) trabalhador(a) de confiança.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
14. ...por vezes, fica tenso.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
15. ... é engenhoso(a), um(a) pensador(a) profundo.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

A preencher pelo técnico

Página 1

V.S.F.F.



15025

Vejo-me como alguém que...	Discordo fortemente 1	Discordo parcialmente 2	Não concordo nem discordo 3	Concordo Parcialmente 4	Concordo fortemente 5
16. ... transmite muito entusiasmo.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
17. ... perdoa com facilidade.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
18. ... tende a ser desorganizado(a).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
19. ... se preocupa muito.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
20. ... tem uma imaginação fértil.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
21. ... tende a ficar calado(a).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
22. ... geralmente confia nos outros.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
23. ... tende a ser preguiçoso(a).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
24. ... é emocionalmente estável, não se perturba facilmente.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
25. ... é inventivo(a).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
26. ... é assertivo(a).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
27. ... pode ser frio(a) e distante.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
28. ... é persistente até a tarefa estar concluída.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
29. ... pode ter um humor instável.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
30. ... valoriza a arte e a estética.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
31. ... é, por vezes, tímido(a) e inibido(a).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
32. ... é amável e atencioso(a) com a maioria das pessoas.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
33. ... é eficiente nas tarefas que realiza.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
34. ... mantém a calma em situações de tensão.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
35. ... prefere um trabalho rotineiro.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
36. ... é extrovertido(a), sociável.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
37. ... é, por vezes, mal educado(a) com os outros.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
38. ... faz planos e segue-os cuidadosamente.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
39. ... se enerva facilmente.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
40. ... gosta de reflectir, brincar com as ideias.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
41. ... tem poucos interesses artísticos.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
42. ... gosta de cooperar com os outros.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
43. ... se distrai com facilidade.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
44. ... é conhecedor(a) no que respeita à arte, música ou literatura.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Obrigado!

--	--	--	--

A preencher pelo técnico

Página 2

Anexo G- Questionário de Esquemas de Young (YSQ)

Questionário de Esquemas de Young (YSQ)

DATA: ___ / ___ / ___

INSTRUÇÕES

Estão indicadas a seguir algumas frases que podem ou não ajudar a pessoa na descrição de si mesma. Leia, por favor, cada uma delas e decida até que ponto se lhe ajusta e serve para o(a) descrever. Quando tiver dificuldade responda com base na emoção que sente e não no que racionalmente acredita ser ou não verdadeiro.

Se desejar, pode reescrever a frase por palavras suas de forma a ficar mais verdadeiro para o seu caso. Escolha de seguida, de 1 a 6 na escala de resposta, o grau que melhor descrever **ao longo da sua vida a sua forma mais habitual de ser** e coloque o número no espaço indicado pelo traço.

ESCALA DE RESPOSTA

1. Não descreve de **maneira nenhuma** a minha maneira de ser.
2. Acontece **algumas vezes** mas é pouco característica da minha maneira de ser.
3. Acontece **neste momento** mas não costumava acontecer no passado.
4. Descreve de **modo bastante** característico e **frequentemente** a minha maneira de ser.
5. Descreve de um **modo muito** característico a minha maneira de ser, verdadeira a maior parte do tempo.
6. Descreve de um **modo muitíssimo** característico a minha maneira de ser, acontece constantemente.

EXEMPLO:

Preocupo-me que as pessoas de quem eu gosto, não gostem de mim.

5

PRESTE ATENÇÃO POR FAVOR

Ao decidir se uma frase é característica da sua maneira habitual de encarar as coisas, lembre-se como você é a maior parte das vezes, isto é, a **sua maneira habitual** e não o seu estado de espírito de momento.

Porque as pessoas são diferentes **não há respostas certas ou erradas**. Procure responder de uma forma **verdadeira, rápida e espontânea** a cada questão.

ESCALA DE RESPOSTA

1. Não descreve de **maneira nenhuma** a minha maneira de ser.
2. Acontece **algumas vezes** mas é pouco característica da minha maneira de ser.
3. Acontece **neste momento** mas não costumava acontecer no passado.
4. Descreve de **modo bastante** característico e **frequentemente** a minha maneira de ser.
5. Descreve de um **modo muito** característico a minha maneira de ser, verdadeira a maior parte do tempo.
6. Descreve de um **modo muitíssimo** característico a minha maneira de ser, acontece constantemente.

A I

1. Não consigo fazer a minha vida sem ajuda dos outros ____
2. Preciso da ajuda das outras pessoas ____
3. Sinto que não consigo resolver os meus problemas sozinho ____
4. Acredito que os outros sabem melhor que eu tomar conta de mim ____
5. Preciso de orientação de outra pessoa sempre que tenho de lidar com uma situação nova ____
6. Vejo-me como uma pessoa dependente ____

A II

7. Não interfiro na maneira de ser das outras pessoas ____
8. Sinto que se fizer o que quero vou arranjar sarilhos ____
9. Sinto que não tenho outro remédio senão fazer a vontade aos outros ____
10. Ponho os interesses dos outros antes dos meus ____
11. Nas minhas relações com os outros deixo que estes me dominem ____
12. É-me difícil ser eu mesmo(a) quando estou com os outros ____
13. Na verdade não sei o que quero ____
14. Não posso mostrar-me zangado porque os outros não vão aceitar isso ou vão rejeitar-me ____
15. Sinto que as decisões importantes da minha vida não foram na realidade tomadas por mim ____
16. Pensar que posso deixar mal as pessoas ou que as posso desapontar faz-me sentir culpado ____
17. Dou mais aos outros do que recebo ____
18. Preocupo-me em agradar aos outros ____
19. Por vezes sinto crescer em mim raiva e ressentimento que não exprimo ____
20. Tenho imenso trabalho em conseguir que os meus sentimentos sejam tomados em consideração e os meus direitos respeitados ____

ESCALA DE RESPOSTA

1. Não descreve de **maneira nenhuma** a minha maneira de ser.
2. Acontece **algumas vezes** mas é pouco característica da minha maneira de ser.
3. Acontece **neste momento** mas não costumava acontecer no passado.
4. Descreve de **modo bastante** característico e **frequentemente** a minha maneira de ser.
5. Descreve de um **modo muito** característico a minha maneira de ser, verdadeira a maior parte do tempo.
6. Descreve de um **modo muitíssimo** característico a minha maneira de ser, acontece constantemente.

A III

21. Não consigo deixar de sentir que alguma coisa de mal está para acontecer ____
22. Sinto que uma desgraça (natural, criminosa, financeira ou de saúde) pode atingir-me em qualquer momento ____
23. Tenho medo de me tornar um vadio ou um marginal ____
24. Tenho medo de ser atacado ____
25. Tenho muito cuidado com o dinheiro porque de outra maneira posso acabar na miséria ____
26. Tenho os maiores cuidados para evitar adoecer ou magoar-me ____
27. Preocupo-me em perder todo o dinheiro que tenho e ficar na miséria ____
28. Estou preocupado(a) com a ideia de ter uma doença grave apesar de o médico me ter dito que não tinha nada de grave ____
29. Sou uma pessoa medrosa ____
30. Prefiro jogar pelo seguro ou fazer as coisas da maneira habitual do que correr o risco do inesperado ____
31. Penso muito nas coisas más que acontecem no mundo: crime, poluição, violência ____

A IV

32. Tenho medo de perder o controlo sobre as minhas acções ____
33. Sinto com frequência que posso enlouquecer ____
34. Sinto com frequência que vou ter um ataque de ansiedade ____
35. Preocupa-me poder corar ou suar em frente de outras pessoas ____
36. Sinto-me muitas vezes à beira de gritar descontroladamente ____
37. Preocupa-me não ser capaz de resistir aos meus impulsos sexuais ____
38. Preocupa-me poder magoar física ou emocionalmente alguém no caso de não conseguir dominar a minha raiva (cólera) ____
39. Sinto que tenho de controlar as minhas emoções e impulsos porque senão alguma coisa de mal pode acontecer ____

ESCALA DE RESPOSTA

1. Não descreve de **maneira nenhuma** a minha maneira de ser.
2. Acontece **algumas vezes** mas é pouco característica da minha maneira de ser.
3. Acontece **neste momento** mas não costumava acontecer no passado.
4. Descreve de **modo bastante** característico e **frequentemente** a minha maneira de ser.
5. Descreve de um **modo muito** característico a minha maneira de ser, verdadeira a maior parte do tempo.
6. Descreve de um **modo muitíssimo** característico a minha maneira de ser, acontece constantemente.

L V

40. Não tenho ninguém que satisfaça as minhas necessidades ____
41. Não consigo amor e atenção suficientes ____
42. Não tenho ninguém em quem confiar para um conselho ou apoio emocional ____
43. Não tenho ninguém que trate de mim, que partilhe comigo a sua vida, ou que se preocupe verdadeiramente com tudo o que me acontece ____
44. Não tenho ninguém que queira aproximar-se de mim, nem que queira passar muito tempo comigo ____
45. Podia desaparecer da face da terra que ninguém dava pela minha falta ____
46. As minhas relações são muito superficiais ____
47. Sinto que não sou uma pessoa especial para ninguém ____
48. Na realidade ninguém me ouve, ninguém me compreende ou está interessado(a) nos meus verdadeiros sentimentos e necessidades ____

L VI

49. Estou destinado a ficar só o resto da minha vida ____
50. Preocupo-me que alguém que amo possa morrer em breve, mesmo quando há poucas razões que o justifiquem ____
51. Sinto que me agarro às pessoas que estão perto de mim ____
52. Preocupo-me que as pessoas que estão perto de mim me deixem ou me abandonem ____
53. Sinto que me falta uma base estável de apoio emocional ____
54. Acho que as minhas relações importantes não vão durar e estou sempre à espera que acabem ____

ESCALA DE RESPOSTA

1. Não descreve de **maneira nenhuma** a minha maneira de ser.
2. Acontece **algumas vezes** mas é pouco característica da minha maneira de ser.
3. Acontece **neste momento** mas não costumava acontecer no passado.
4. Descreve de **modo bastante** característico e **frequentemente** a minha maneira de ser.
5. Descreve de um **modo muito** característico a minha maneira de ser, verdadeira a maior parte do tempo.
6. Descreve de um **modo muitíssimo** característico a minha maneira de ser, acontece constantemente.

L VII

55. Sinto que a maior parte das pessoas está sempre disposta a magoar-me e a tirar partido de mim ____
56. Tenho de me proteger dos ataques e das desconsiderações das outras pessoas ____
57. A melhor maneira de evitar ser magoado(a) é atacar primeiro ____
58. Sinto que tenho de me vingar da maneira como as pessoas me trataram ____
59. Sinto que tenho que me defender sempre que estou na presença de outras pessoas ____
60. Quando alguém é simpático penso logo que quer alguma coisa de mim ____
61. Há sempre alguém que mais tarde ou mais cedo acaba por me trair ____
62. A maioria das pessoas só pensa nelas ____
63. Tenho muita dificuldade em confiar nos outros ____
64. Sou muito desconfiado(a) acerca das razões das outras pessoas ____

L VIII

65. Sinto-me um(a) desajustado(a) ____
66. Sou fundamentalmente diferente dos outros ____
67. Sinto que estou a mais; sou um(a) solitário(a) ____
68. Sinto-me separado dos outros ____
69. Sinto-me isolado e só ____

V IX

70. Nenhum homem/mulher de quem eu goste poderá gostar de mim depois de conhecer os meus defeitos ____
71. Ninguém de quem eu goste gostaria de ficar comigo depois de me conhecer ____
72. Sou fundamentalmente uma pessoa cheia de imperfeições e de defeitos ____
73. Por mais que tente não consigo que nenhum homem/mulher, importante para mim, me respeite ou sinta que tenho algum valor ____
74. Não mereço nem o amor, nem a atenção nem o respeito dos outros ____

ESCALA DE RESPOSTA

1. Não descreve de **maneira nenhuma** a minha maneira de ser.
2. Acontece **algumas vezes** mas é pouco característica da minha maneira de ser.
3. Acontece **neste momento** mas não costumava acontecer no passado.
4. Descreve de **modo bastante** característico e **frequentemente** a minha maneira de ser.
5. Descreve de um **modo muito** característico a minha maneira de ser, verdadeira a maior parte do tempo.
6. Descreve de um **modo muitíssimo** característico a minha maneira de ser, acontece constantemente.

V X

75. Não sou sexualmente atraente ____
76. Sou muito gorda(o) ____
77. Sou feia(o) ____
78. Não consigo manter uma conversa interessante ____
79. Não sou uma pessoa interessante e em sociedade as pessoas acham-me aborrecida(o) ____
80. As pessoas a quem dou valor não gostariam da minha companhia por causa do meu estatuto social (rendimento, educação, carreira, etc.) ____
81. Nunca sei o que é que hei-de dizer em sociedade ____
82. As pessoas não gostam de me incluir nos seus grupos ____

V XI

83. Nunca faço as coisas tão bem como os outros ____
84. Sou incompetente ____
85. A maioria das pessoas tem mais capacidade do que eu ____
86. Estrago tudo o que tento fazer ____
87. Sou um(a) incapaz ____
88. Sou um(a) fracassado(a) ____
89. Sempre que confio no meu critério tomo a decisão errada ____
90. Não tenho senso comum (Bom senso, senso nenhum) ____
91. Não tenho confiança nas minhas decisões ____

ESCALA DE RESPOSTA

1. Não descreve de **maneira nenhuma** a minha maneira de ser.
2. Acontece **algumas vezes** mas é pouco característica da minha maneira de ser.
3. Acontece **neste momento** mas não costumava acontecer no passado.
4. Descreve de **modo bastante** característico e **frequentemente** a minha maneira de ser.
5. Descreve de um **modo muito** característico a minha maneira de ser, verdadeira a maior parte do tempo.
6. Descreve de um **modo muitíssimo** característico a minha maneira de ser, acontece constantemente.

V XII

92. No fundo sou uma pessoa má ____
93. Mereço ser castigado(a) ____
94. Não mereço ser feliz ____
95. Quando cometo um erro mereço ser severamente criticado(a) e punido(a) ____
96. Não devo desculpar-me pelos meus erros ou fugir das minhas responsabilidades ____
97. Sinto-me muito culpado(a) dos erros que cometi ____
98. Por mais que tente, em determinados aspectos sou incapaz de viver de acordo com os meus princípios religiosos ou morais ____
99. Muitas vezes sinto-me culpado(a) sem saber porquê ____
100. Sinto-me envergonhado pelos meus defeitos ____
101. Sou tão inferior que não posso mostrar as minhas faltas aos outros ____
102. Sinto que não conseguiria enfrentar os outros se eles descobrissem os meus defeitos ____
103. Sinto-me muitas vezes embaraçado quando estou com outras pessoas porque não me sinto à altura delas ____
104. Tenho demasiada consciência de mim sempre que estou com os outros ____
105. Tenho de ser o(a) melhor em quase tudo o que faço, não aceito ficar em segundo lugar ____
106. Luto por manter quase tudo numa ordem perfeita ____
107. Tenho de parecer o melhor possível na maior parte do tempo ____
108. Tenho de fazer o melhor, não chega ser suficientemente bom ____
109. Tenho tanta coisa para fazer que quase não tenho tempo para descansar ____
110. Quase nada do que faço é suficientemente bom, posso sempre fazer melhor ____
111. Tenho de estar à altura das minhas responsabilidades ____
112. Sinto sobre mim uma pressão constante para realizar coisas e alcançar objectivos ____
113. O meu relacionamento com as pessoas ressentem-se com o facto de exigir demais de mim mesmo(a) ____
114. Prejudico a minha saúde por andar sempre numa tensão enorme para fazer as coisas bem feitas ____
115. Sacrifico com frequência o prazer e a felicidade para atingir os meus níveis de exigência ____

ESCALA DE RESPOSTA

1. Não descreve de **maneira nenhuma** a minha maneira de ser.
2. Acontece **algumas vezes** mas é pouco característica da minha maneira de ser.
3. Acontece **neste momento** mas não costumava acontecer no passado.
4. Descreve de **modo bastante** característico e **frequentemente** a minha maneira de ser.
5. Descreve de um **modo muito** característico a minha maneira de ser, verdadeira a maior parte do tempo.
6. Descreve de um **modo muitíssimo** característico a minha maneira de ser, acontece constantemente.

X V

116. Tenho muita dificuldade em aceitar um não por resposta quando quero alguma coisa dos outros ____
117. Fico com frequência zangado(a) ou irritado(a) se não consigo o que quero ____
118. Sou uma pessoa especial e não devia ser obrigado a aceitar muitas das restrições que são impostas aos outros ____
119. Detesto ser constrangido(a) ou impedido(a) de fazer o que quero ____
120. Tenho muita dificuldade em aceitar aspectos da minha vida que não são como eu quero que sejam, se bem que objectivamente a minha vida seja boa ____
121. Tenho muita dificuldade em conseguir parar de beber, ou de fumar, ou de comer demasiado ____
122. Acho que não sou capaz de me sujeitar à rotina ou de fazer tarefas aborrecidas ____
123. Muitas vezes permito-me agir por impulsos e exprimir emoções que originam problemas ou magoam as outras pessoas ____

Anexo H- Inventário de Sintomas Psicopatológicos (BSI)

BSI

L.R. Derogatis, 1993; Versão: M.C. Canavarro, 1995

A seguir encontra-se uma lista de problemas ou sintomas que por vezes as pessoas apresentam. Assinale, num dos espaços à direita de cada sintoma, aquele que melhor descreve o GRAU EM QUE CADA PROBLEMA O INCOMODOU DURANTE A ÚLTIMA SEMANA. Para cada problema ou sintoma marque apenas um espaço com uma cruz. Não deixe nenhuma pergunta por responder.

Em que medida foi incomodado pelos seguintes sintomas:	Nunca	Poucas vezes	Algumas vezes	Muitas vezes	Muitíssimas vezes
1. Nervosismo ou tensão interior	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Desmaios ou tonturas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Ter a impressão que as outras pessoas podem controlar os seus pensamentos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Ter a ideia que os outros são culpados pela maioria dos seus problemas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Dificuldade em se lembrar de coisas passadas ou recentes	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Aborrecer-se ou irritar-se facilmente	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Dores sobre o coração ou no peito	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Medo na rua ou praças públicas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Pensamentos de acabar com a vida	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Sentir que não pode confiar na maioria das pessoas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. Perder o apetite	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. Ter um medo súbito sem razão para isso	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. Ter impulsos que não se podem controlar	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. Sentir-se sozinho mesmo quando está com mais pessoas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. Dificuldade em fazer qualquer trabalho	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. Sentir-se sozinho	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17. Sentir-se triste	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18. Não ter interesse por nada	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19. Sentir-se atemorizado	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20. Sentir-se facilmente ofendido nos seus sentimentos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21. Sentir que as outras pessoas não são amigas ou não gostam de si	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22. Sentir-se inferior aos outros	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23. Vontade de vomitar ou mal-estar do estômago	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24. Impressão de que os outros o costumam observar ou falar de si	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25. Dificuldade em adormecer	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
26. Sentir necessidade de verificar várias vezes o que faz	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Em que medida foi incomodado pelos seguintes sintomas:	Nunca	Poucas vezes	Algumas vezes	Muitas vezes	Muitíssimas vezes
27. Dificuldade em tomar decisões	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
28. Medo de viajar de autocarro, de comboio ou de metro	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
29. Sensação de que lhe falta o ar	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
30. Calafrios ou afrontamentos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
31. Ter de evitar certas coisas, lugares ou actividades por lhe causarem medo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
32. Sensação de vazio na cabeça	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
33. Sensação de anestesia (encorticiamento ou formigueiro) no corpo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
34. Ter a ideia que deveria ser castigado pelos seus pecados	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
35. Sentir-se sem esperança perante o futuro	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
36. Ter dificuldade em se concentrar	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
37. Falta de forças em partes do corpo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
38. Sentir-se em estado de tensão ou aflição	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
39. Pensamentos sobre a morte ou que vai morrer	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
40. Ter impulsos de bater, ofender ou ferir alguém	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
41. Ter vontade de destruir ou partir coisas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
42. Sentir-se embaraçado junto de outras pessoas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
43. Sentir-se mal no meio das multidões como lojas, cinemas ou assembleias	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
44. Grande dificuldade em sentir-se "próximo" de outra pessoa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
45. Ter ataques de terror ou pânico	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
46. Entrar facilmente em discussão	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
47. Sentir-se nervoso quando tem que ficar sozinho	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
48. Sentir que as outras pessoas não dão o devido valor ao seu trabalho ou às suas capacidades	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
49. Sentir-se tão desassossegado que não consegue manter-se sentado quieto	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
50. Sentir que não tem valor	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
51. A impressão de que, se deixasse, as outras pessoas se aproveitariam de si	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
52. Ter sentimentos de culpa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
53. Ter a impressão de que alguma coisa não regula bem na sua cabeça	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Anexo I- Nova Escala Multifactorial da Depressão (NEMD)

NEMD

Idade: _____

Gênero: M / F

Instruções: Este questionário contém uma série de itens acerca de como se tem estado a sentir recentemente. Por favor leia cada item cuidadosamente e faça um círculo à volta do número que melhor descreve os seus sentimentos durante as **últimas duas semanas, incluindo o dia de hoje**, desde o 1= nunca ao 5= sempre.

Items					
	Com que frequência sente:	Nunca	Raramente	Frequentemente	Muito Frequentemente
1. Em baixo	1	2	3	4	5
2. Tristeza	1	2	3	4	5
3. (Estado de) Espírito em baixo	1	2	3	4	5
4. Melancolia	1	2	3	4	5
5. Humor Triste	1	2	3	4	5
6. Culpa	1	2	3	4	5
7. Infelicidade	1	2	3	4	5
8. Desanimado(a)	1	2	3	4	5
9. Humor irritável	1	2	3	4	5
10. Mau humor	1	2	3	4	5
11. Vergonha	1	2	3	4	5
12. Ansiedade	1	2	3	4	5
13. (Sentimentos) de falta de esperança	1	2	3	4	5
14. Perda de interesse	1	2	3	4	5
15. Falta de prazer	1	2	3	4	5
16. O futuro parece negro	1	2	3	4	5
17. Sem valor	1	2	3	4	5
18. Fraca concentração	1	2	3	4	5
19. Auto-culpa	1	2	3	4	5
20. A vida parece sem sentido	1	2	3	4	5
21. Um fracasso	1	2	3	4	5
22. Ruminações	1	2	3	4	5
23. Pensamentos de suicídio	1	2	3	4	5
24. Incapaz de tomar decisões	1	2	3	4	5
25. Baixa energia	1	2	3	4	5
26. Problemas de sono	1	2	3	4	5

Com que frequência sente:	Nunca	Raramente	Frequentemente	Muito Frequentemente	Sempre
27. Alterações do apetite	1	2	3	4	5
28. Diminuição do desejo sexual	1	2	3	4	5
29. (Sentir-se) Lentificado	1	2	3	4	5
30. Fadiga	1	2	3	4	5
31. Alterações de peso	1	2	3	4	5
32. Chorar	1	2	3	4	5
33. Agitação	1	2	3	4	5
34. Lentidão de movimentos	1	2	3	4	5
35. Mais sensibilidade à dor	1	2	3	4	5
36. Problemas intestinais	1	2	3	4	5
37. Diminuição das actividades	1	2	3	4	5
38. Isolamento social	1	2	3	4	5
39. (Sentir-se) pior que os outros	1	2	3	4	5
40. (Sentir-se) um fardo para os outros	1	2	3	4	5
41. Evitamento social	1	2	3	4	5
42. (Sentir-se) pouco merecedor do cuidado das outras pessoas	1	2	3	4	5
43. Muito sensível a críticas	1	2	3	4	5
44. Sentir-se menos atraente que os outros	1	2	3	4	5
45. Sentir-se muito sensível em relação aos outros	1	2	3	4	5
46. Sentir-se desiludido com os outros	1	2	3	4	5
47. Incapaz de amar outros	1	2	3	4	5
48. Agressividade em relação a outros	1	2	3	4	5
49. Memória fraca	1	2	3	4	5
50. Incapaz de planear	1	2	3	4	5
51. Sentir-se desorganizado	1	2	3	4	5
52. Incapaz de cuidar de si próprio(a)	1	2	3	4	5

Anexo J- Memórias Autobiográficas Geral

Tipo_Acontecimento_1.1					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Positivas	25	40,3	56,8	56,8
	Negativas	1	1,6	2,3	59,1
	Neutras	18	29,0	40,9	100,0
	Total	44	71,0	100,0	
Ausente	Sistema	18	29,0		
Total		62	100,0		

Tipo_Acontecimento_1.2					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Negativas	20	32,3	51,3	51,3
	Neutras	19	30,6	48,7	100,0
	Total	39	62,9	100,0	
Ausente	Sistema	23	37,1		
Total		62	100,0		

Tipo_Acontecimento_1.3					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Positivas	2	3,2	5,0	5,0
	Negativas	7	11,3	17,5	22,5
	Neutras	31	50,0	77,5	100,0
	Total	40	64,5	100,0	
Ausente	Sistema	22	35,5		
Total		62	100,0		

Tipo_Acontecimento_1.4					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Negativas	25	40,3	64,1	64,1
	Neutras	14	22,6	35,9	100,0
	Total	39	62,9	100,0	
Ausente	Sistema	23	37,1		
Total		62	100,0		

Tipo_Acontecimento_1.5					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Positivas	1	1,6	3,6	3,6
	Negativas	8	12,9	28,6	32,1
	Neutras	19	30,6	67,9	100,0
	Total	28	45,2	100,0	
Ausente	Sistema	34	54,8		
Total		62	100,0		

Tipo_Acontecimento_1.6					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Negativas	21	33,9	60,0	60,0
	Neutras	14	22,6	40,0	100,0
	Total	35	56,5	100,0	
Ausente	Sistema	27	43,5		
Total		62	100,0		

Tipo_Acontecimento_1.7					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Positivas	7	11,3	17,9	17,9
	Negativas	3	4,8	7,7	25,6
	Neutras	29	46,8	74,4	100,0
	Total	39	62,9	100,0	
Ausente	Sistema	23	37,1		
Total		62	100,0		

Tipo_Acontecimento_1.8					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Negativas	17	27,4	50,0	50,0
	Neutras	17	27,4	50,0	100,0
	Total	34	54,8	100,0	
Ausente	Sistema	28	45,2		
Total		62	100,0		

Tipo_Acontecimento_1.9					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Positivas	5	8,1	17,2	17,2
	Negativas	1	1,6	3,4	20,7
	Neutras	23	37,1	79,3	100,0
	Total	29	46,8	100,0	
Ausente	Sistema	33	53,2		
Total		62	100,0		

Tipo_Acontecimento_1.10					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Negativas	16	25,8	33,3	33,3
	Neutras	32	51,6	66,7	100,0
	Total	48	77,4	100,0	
Ausente	Sistema	14	22,6		
Total		62	100,0		

Tipo_Acontecimento_1.11					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Positivas	4	6,5	12,5	12,5
	Negativas	2	3,2	6,3	18,8
	Neutras	26	41,9	81,3	100,0
	Total	32	51,6	100,0	
Ausente	Sistema	30	48,4		
Total		62	100,0		

Tipo_Acontecimento_1.12					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Positivas	8	12,9	20,0	20,0
	Negativas	6	9,7	15,0	35,0
	Neutras	26	41,9	65,0	100,0
	Total	40	64,5	100,0	
Ausente	Sistema	22	35,5		
Total		62	100,0		

Tipo_Acontecimento_1.13					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Positivas	21	33,9	58,3	58,3
	Negativas	1	1,6	2,8	61,1
	Neutras	14	22,6	38,9	100,0
	Total	36	58,1	100,0	
Ausente	Sistema	26	41,9		
Total		62	100,0		

Tipo_Acontecimento_1.14					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Negativas	6	9,7	20,0	20,0
	Neutras	24	38,7	80,0	100,0
	Total	30	48,4	100,0	
Ausente	Sistema	32	51,6		
Total		62	100,0		

Tipo_Acontecimento_1.15					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Positivas	5	8,1	17,9	17,9
	Negativas	3	4,8	10,7	28,6
	Neutras	20	32,3	71,4	100,0
	Total	28	45,2	100,0	
Ausente	Sistema	34	54,8		
Total		62	100,0		

Tipo_Acontecimento_1.16					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Positivas	4	6,5	14,3	14,3
	Negativas	1	1,6	3,6	17,9
	Neutras	23	37,1	82,1	100,0
	Total	28	45,2	100,0	
Ausente	Sistema	34	54,8		
Total		62	100,0		

Tipo_Acontecimento_1.17					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Positivas	1	1,6	3,2	3,2
	Negativas	1	1,6	3,2	6,5
	Neutras	29	46,8	93,5	100,0
	Total	31	50,0	100,0	
Ausente	Sistema	31	50,0		
Total		62	100,0		

Tipo_Acontecimento_1.18					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Positivas	4	6,5	13,8	13,8
	Neutras	25	40,3	86,2	100,0
	Total	29	46,8	100,0	
Ausente	Sistema	33	53,2		
Total		62	100,0		

Tipo_Acontecimento_1.19					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Positivas	6	9,7	20,7	20,7
	Negativas	1	1,6	3,4	24,1
	Neutras	22	35,5	75,9	100,0
	Total	29	46,8	100,0	
Ausente	Sistema	33	53,2		
Total		62	100,0		

Tipo_Acontecimento_1.20					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Positivas	1	1,6	2,8	2,8
	Negativas	23	37,1	63,9	66,7
	Neutras	12	19,4	33,3	100,0
	Total	36	58,1	100,0	
Ausente	Sistema	26	41,9		
Total		62	100,0		

Tipo_Acontecimento_1.21					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Positivas	8	12,9	26,7	26,7
	Negativas	2	3,2	6,7	33,3
	Neutras	20	32,3	66,7	100,0
	Total	30	48,4	100,0	
Ausente	Sistema	32	51,6		
Total		62	100,0		

Total = 21 palavras x 62 Sujeitos = 1302

Total MA = 724

Total NA = 578

Total MA Positivas = 102

Estatísticas descritivas					
	N	Mínimo	Máximo	Média	Desvio Padrão
Total_MA_Positivas	43	1,00	7,00	2,3721	1,79978
N válido (de lista)	43				

Total MA Negativas = 165

Estatísticas descritivas					
	N	Mínimo	Máximo	Média	Desvio Padrão
Total_MA_Negativas	54	1,00	8,00	3,0556	1,73114
N válido (de lista)	54				

Total MA Neutras = 457

Tipo_Acontecimento_2.1					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Específicas	39	62,9	88,6	88,6
	Catégoricas	1	1,6	2,3	90,9
	Alargadas	4	6,5	9,1	100,0
	Total	44	71,0	100,0	
Ausente	Sistema	18	29,0		
Total		62	100,0		

Tipo_Acontecimento_2.2

		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Específicas	20	32,3	51,3	51,3
	Catagóricas	9	14,5	23,1	74,4
	Alargadas	10	16,1	25,6	100,0
	Total	39	62,9	100,0	
Ausente	Sistema	23	37,1		
Total		62	100,0		

Tipo_Acontecimento_2.3

		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Específicas	28	45,2	70,0	70,0
	Catagóricas	6	9,7	15,0	85,0
	Alargadas	6	9,7	15,0	100,0
	Total	40	64,5	100,0	
Ausente	Sistema	22	35,5		
Total		62	100,0		

Tipo_Acontecimento_2.4

		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Específicas	34	54,8	87,2	87,2
	Catagóricas	2	3,2	5,1	92,3
	Alargadas	3	4,8	7,7	100,0
	Total	39	62,9	100,0	
Ausente	Sistema	23	37,1		
Total		62	100,0		

Tipo_Acontecimento_2.5

		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Específicas	22	35,5	78,6	78,6
	Catagóricas	3	4,8	10,7	89,3
	Alargadas	3	4,8	10,7	100,0
	Total	28	45,2	100,0	
Ausente	Sistema	34	54,8		
Total		62	100,0		

Tipo_Acontecimento_2.6					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Específicas	23	37,1	65,7	65,7
	Catagóricas	6	9,7	17,1	82,9
	Alargadas	6	9,7	17,1	100,0
	Total	35	56,5	100,0	
Ausente	Sistema	27	43,5		
Total		62	100,0		

Tipo_Acontecimento_2.7					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Específicas	15	24,2	38,5	38,5
	Catagóricas	10	16,1	25,6	64,1
	Alargadas	14	22,6	35,9	100,0
	Total	39	62,9	100,0	
Ausente	Sistema	23	37,1		
Total		62	100,0		

Tipo_Acontecimento_2.8					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Específicas	16	25,8	47,1	47,1
	Catagóricas	8	12,9	23,5	70,6
	Alargadas	10	16,1	29,4	100,0
	Total	34	54,8	100,0	
Ausente	Sistema	28	45,2		
Total		62	100,0		

Tipo_Acontecimento_2.9					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Específicas	17	27,4	58,6	58,6
	Catagóricas	3	4,8	10,3	69,0
	Alargadas	9	14,5	31,0	100,0
	Total	29	46,8	100,0	
Ausente	Sistema	33	53,2		
Total		62	100,0		

Tipo_Acontecimento_2.10					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Específicas	31	50,0	64,6	64,6
	Catagóricas	3	4,8	6,3	70,8
	Alargadas	14	22,6	29,2	100,0
	Total	48	77,4	100,0	
Ausente	Sistema	14	22,6		
Total		62	100,0		

Tipo_Acontecimento_2.11					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Específicas	19	30,6	59,4	59,4
	Catagóricas	9	14,5	28,1	87,5
	Alargadas	4	6,5	12,5	100,0
	Total	32	51,6	100,0	
Ausente	Sistema	30	48,4		
Total		62	100,0		

Tipo_Acontecimento_2.12					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Específicas	30	48,4	75,0	75,0
	Catagóricas	4	6,5	10,0	85,0
	Alargadas	6	9,7	15,0	100,0
	Total	40	64,5	100,0	
Ausente	Sistema	22	35,5		
Total		62	100,0		

Tipo_Acontecimento_2.13					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Específicas	32	51,6	88,9	88,9
	Catagóricas	1	1,6	2,8	91,7
	Alargadas	3	4,8	8,3	100,0
	Total	36	58,1	100,0	
Ausente	Sistema	26	41,9		
Total		62	100,0		

Tipo_Acontecimento_2.14					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Específicas	21	33,9	70,0	70,0
	Catagóricas	4	6,5	13,3	83,3
	Alargadas	5	8,1	16,7	100,0
	Total	30	48,4	100,0	
Ausente	Sistema	32	51,6		
Total		62	100,0		

Tipo_Acontecimento_2.15					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Específicas	19	30,6	67,9	67,9
	Catagóricas	4	6,5	14,3	82,1
	Alargadas	5	8,1	17,9	100,0
	Total	28	45,2	100,0	
Ausente	Sistema	34	54,8		
Total		62	100,0		

Tipo_Acontecimento_2.16					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Específicas	23	37,1	82,1	82,1
	Catagóricas	4	6,5	14,3	96,4
	Alargadas	1	1,6	3,6	100,0
	Total	28	45,2	100,0	
Ausente	Sistema	34	54,8		
Total		62	100,0		

Tipo_Acontecimento_2.17					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Específicas	24	38,7	77,4	77,4
	Catagóricas	4	6,5	12,9	90,3
	Alargadas	3	4,8	9,7	100,0
	Total	31	50,0	100,0	
Ausente	Sistema	31	50,0		
Total		62	100,0		

Tipo_Acontecimento_2.18					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Específicas	19	30,6	65,5	65,5
	Categóricas	2	3,2	6,9	72,4
	Alargadas	8	12,9	27,6	100,0
	Total	29	46,8	100,0	
Ausente	Sistema	33	53,2		
Total		62	100,0		

Tipo_Acontecimento_2.19					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Específicas	24	38,7	82,8	82,8
	Categóricas	1	1,6	3,4	86,2
	Alargadas	4	6,5	13,8	100,0
	Total	29	46,8	100,0	
Ausente	Sistema	33	53,2		
Total		62	100,0		

Tipo_Acontecimento_2.20					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Específicas	28	45,2	77,8	77,8
	Categóricas	5	8,1	13,9	91,7
	Alargadas	3	4,8	8,3	100,0
	Total	36	58,1	100,0	
Ausente	Sistema	26	41,9		
Total		62	100,0		

Tipo_Acontecimento_2.21					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Específicas	17	27,4	56,7	56,7
	Categóricas	12	19,4	40,0	96,7
	Alargadas	1	1,6	3,3	100,0
	Total	30	48,4	100,0	
Ausente	Sistema	32	51,6		
Total		62	100,0		

Total MA Específicas = 501

Total MA Categóricas = 101

Total MA Alargadas = 122

Anexo K- Memórias autobiográficas por Faixa Etária

18-30 Anos

Tipo_Acontecimento_1.1					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Positivas	13	41,9	59,1	59,1
	Negativas	1	3,2	4,5	63,6
	Neutras	8	25,8	36,4	100,0
	Total	22	71,0	100,0	
Ausente	Sistema	9	29,0		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_1.2					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Negativas	10	32,3	55,6	55,6
	Neutras	8	25,8	44,4	100,0
	Total	18	58,1	100,0	
Ausente	Sistema	13	41,9		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_1.3					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Negativas	3	9,7	15,8	15,8
	Neutras	16	51,6	84,2	100,0
	Total	19	61,3	100,0	
Ausente	Sistema	12	38,7		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_1.4					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Negativas	16	51,6	72,7	72,7
	Neutras	6	19,4	27,3	100,0
	Total	22	71,0	100,0	
Ausente	Sistema	9	29,0		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_1.5					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Positivas	1	3,2	6,7	6,7
	Negativas	4	12,9	26,7	33,3
	Neutras	10	32,3	66,7	100,0
	Total	15	48,4	100,0	
Ausente	Sistema	16	51,6		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_1.6					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Negativas	14	45,2	77,8	77,8
	Neutras	4	12,9	22,2	100,0
	Total	18	58,1	100,0	
Ausente	Sistema	13	41,9		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_1.7					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Positivas	1	3,2	4,2	4,2
	Negativas	3	9,7	12,5	16,7
	Neutras	20	64,5	83,3	100,0
	Total	24	77,4	100,0	
Ausente	Sistema	7	22,6		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_1.8					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Negativas	8	25,8	42,1	42,1
	Neutras	11	35,5	57,9	100,0
	Total	19	61,3	100,0	
Ausente	Sistema	12	38,7		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_1.9					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Positivas	3	9,7	16,7	16,7
	Negativas	1	3,2	5,6	22,2
	Neutras	14	45,2	77,8	100,0
	Total	18	58,1	100,0	
Ausente	Sistema	13	41,9		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_1.10					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Negativas	6	19,4	23,1	23,1
	Neutras	20	64,5	76,9	100,0
	Total	26	83,9	100,0	
Ausente	Sistema	5	16,1		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_1.11					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Positivas	1	3,2	5,6	5,6
	Negativas	2	6,5	11,1	16,7
	Neutras	15	48,4	83,3	100,0
	Total	18	58,1	100,0	
Ausente	Sistema	13	41,9		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_1.12					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Positivas	5	16,1	21,7	21,7
	Negativas	2	6,5	8,7	30,4
	Neutras	16	51,6	69,6	100,0
	Total	23	74,2	100,0	
Ausente	Sistema	8	25,8		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_1.13					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Positivas	11	35,5	61,1	61,1
	Neutras	7	22,6	38,9	100,0
	Total	18	58,1	100,0	
Ausente	Sistema	13	41,9		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_1.14					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Negativas	4	12,9	21,1	21,1
	Neutras	15	48,4	78,9	100,0
	Total	19	61,3	100,0	
Ausente	Sistema	12	38,7		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_1.15					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Positivas	3	9,7	21,4	21,4
	Negativas	1	3,2	7,1	28,6
	Neutras	10	32,3	71,4	100,0
	Total	14	45,2	100,0	
Ausente	Sistema	17	54,8		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_1.16					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Positivas	1	3,2	5,9	5,9
	Neutras	16	51,6	94,1	100,0
	Total	17	54,8	100,0	
Ausente	Sistema	14	45,2		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_1.17					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Positivas	1	3,2	5,0	5,0
	Negativas	1	3,2	5,0	10,0
	Neutras	18	58,1	90,0	100,0
	Total	20	64,5	100,0	
Ausente	Sistema	11	35,5		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_1.18					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Positivas	3	9,7	17,6	17,6
	Neutras	14	45,2	82,4	100,0
	Total	17	54,8	100,0	
Ausente	Sistema	14	45,2		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_1.19					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Positivas	4	12,9	22,2	22,2
	Neutras	14	45,2	77,8	100,0
	Total	18	58,1	100,0	
Ausente	Sistema	13	41,9		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_1.20					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Negativas	16	51,6	76,2	76,2
	Neutras	5	16,1	23,8	100,0
	Total	21	67,7	100,0	
Ausente	Sistema	10	32,3		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_1.21					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Positivas	4	12,9	28,6	28,6
	Negativas	1	3,2	7,1	35,7
	Neutras	9	29,0	64,3	100,0
	Total	14	45,2	100,0	
Ausente	Sistema	17	54,8		
Total		31	100,0		

Total = 21 palavras x 31 Sujeitos = 651

Total MA = 400

Total NA = 251

Total MA Positivas = 51

Total MA Negativas = 93

Total MA Neutras = 256

31-61 Anos

Tipo_Acontecimento_1.1					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Positivas	12	38,7	54,5	54,5
	Neutras	10	32,3	45,5	100,0
	Total	22	71,0	100,0	
Ausente	Sistema	9	29,0		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_1.2					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Negativas	10	32,3	47,6	47,6
	Neutras	11	35,5	52,4	100,0
	Total	21	67,7	100,0	
Ausente	Sistema	10	32,3		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_1.3					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Positivas	2	6,5	9,5	9,5
	Negativas	4	12,9	19,0	28,6
	Neutras	15	48,4	71,4	100,0
	Total	21	67,7	100,0	
Ausente	Sistema	10	32,3		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_1.4					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Negativas	9	29,0	52,9	52,9
	Neutras	8	25,8	47,1	100,0
	Total	17	54,8	100,0	
Ausente	Sistema	14	45,2		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_1.5					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Negativas	4	12,9	30,8	30,8
	Neutras	9	29,0	69,2	100,0
	Total	13	41,9	100,0	
Ausente	Sistema	18	58,1		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_1.6					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Negativas	7	22,6	41,2	41,2
	Neutras	10	32,3	58,8	100,0
	Total	17	54,8	100,0	
Ausente	Sistema	14	45,2		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_1.7					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Positivas	6	19,4	40,0	40,0
	Neutras	9	29,0	60,0	100,0
	Total	15	48,4	100,0	
Ausente	Sistema	16	51,6		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_1.8					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Negativas	9	29,0	60,0	60,0
	Neutras	6	19,4	40,0	100,0
	Total	15	48,4	100,0	
Ausente	Sistema	16	51,6		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_1.9					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Positivas	2	6,5	18,2	18,2
	Neutras	9	29,0	81,8	100,0
	Total	11	35,5	100,0	
Ausente	Sistema	20	64,5		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_1.10					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Negativas	10	32,3	45,5	45,5
	Neutras	12	38,7	54,5	100,0
	Total	22	71,0	100,0	
Ausente	Sistema	9	29,0		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_1.11					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Positivas	3	9,7	21,4	21,4
	Neutras	11	35,5	78,6	100,0
	Total	14	45,2	100,0	
Ausente	Sistema	17	54,8		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_1.12					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Positivas	3	9,7	17,6	17,6
	Negativas	4	12,9	23,5	41,2
	Neutras	10	32,3	58,8	100,0
	Total	17	54,8	100,0	
Ausente	Sistema	14	45,2		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_1.13					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Positivas	10	32,3	55,6	55,6
	Negativas	1	3,2	5,6	61,1
	Neutras	7	22,6	38,9	100,0
	Total	18	58,1	100,0	
Ausente	Sistema	13	41,9		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_1.14					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Negativas	2	6,5	18,2	18,2
	Neutras	9	29,0	81,8	100,0
	Total	11	35,5	100,0	
Ausente	Sistema	20	64,5		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_1.15					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Positivas	2	6,5	14,3	14,3
	Negativas	2	6,5	14,3	28,6
	Neutras	10	32,3	71,4	100,0
	Total	14	45,2	100,0	
Ausente	Sistema	17	54,8		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_1.16					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Positivas	3	9,7	27,3	27,3
	Negativas	1	3,2	9,1	36,4
	Neutras	7	22,6	63,6	100,0
	Total	11	35,5	100,0	
Ausente	Sistema	20	64,5		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_1.17					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Neutras	11	35,5	100,0	100,0
Ausente	Sistema	20	64,5		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_1.18					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Positivas	1	3,2	8,3	8,3
	Neutras	11	35,5	91,7	100,0
	Total	12	38,7	100,0	
Ausente	Sistema	19	61,3		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_1.19					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Positivas	2	6,5	18,2	18,2
	Negativas	1	3,2	9,1	27,3
	Neutras	8	25,8	72,7	100,0
	Total	11	35,5	100,0	
Ausente	Sistema	20	64,5		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_1.20					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Positivas	1	3,2	6,7	6,7
	Negativas	7	22,6	46,7	53,3
	Neutras	7	22,6	46,7	100,0
	Total	15	48,4	100,0	
Ausente	Sistema	16	51,6		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_1.21					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Positivas	4	12,9	25,0	25,0
	Negativas	1	3,2	6,3	31,3
	Neutras	11	35,5	68,8	100,0
	Total	16	51,6	100,0	
Ausente	Sistema	15	48,4		
Total		31	100,0		

Total = 21 palavras x 31 Sujeitos = 651

Total MA = 324

Total NA = 327

Total MA Positivas = 51

Total MA Negativas = 72

Total MA Neutras = 201

18-30 Anos

Tipo_Acontecimento_2.1					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Específicas	21	67,7	95,5	95,5
	Alargadas	1	3,2	4,5	100,0
	Total	22	71,0	100,0	
Ausente	Sistema	9	29,0		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_2.2					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Específicas	12	38,7	66,7	66,7
	Catagóricas	5	16,1	27,8	94,4
	Alargadas	1	3,2	5,6	100,0
	Total	18	58,1	100,0	
Ausente	Sistema	13	41,9		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_2.3					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Específicas	16	51,6	84,2	84,2
	Catagóricas	1	3,2	5,3	89,5
	Alargadas	2	6,5	10,5	100,0
	Total	19	61,3	100,0	
Ausente	Sistema	12	38,7		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_2.4					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Específicas	19	61,3	86,4	86,4
	Catagóricas	1	3,2	4,5	90,9
	Alargadas	2	6,5	9,1	100,0
	Total	22	71,0	100,0	
Ausente	Sistema	9	29,0		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_2.5					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Específicas	13	41,9	86,7	86,7
	Categóricas	1	3,2	6,7	93,3
	Alargadas	1	3,2	6,7	100,0
	Total	15	48,4	100,0	
Ausente	Sistema	16	51,6		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_2.6					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Específicas	9	29,0	50,0	50,0
	Categóricas	5	16,1	27,8	77,8
	Alargadas	4	12,9	22,2	100,0
	Total	18	58,1	100,0	
Ausente	Sistema	13	41,9		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_2.7					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Específicas	12	38,7	50,0	50,0
	Categóricas	4	12,9	16,7	66,7
	Alargadas	8	25,8	33,3	100,0
	Total	24	77,4	100,0	
Ausente	Sistema	7	22,6		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_2.8					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Específicas	10	32,3	52,6	52,6
	Categóricas	2	6,5	10,5	63,2
	Alargadas	7	22,6	36,8	100,0
	Total	19	61,3	100,0	
Ausente	Sistema	12	38,7		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_2.9					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Específicas	10	32,3	55,6	55,6
	Categóricas	2	6,5	11,1	66,7
	Alargadas	6	19,4	33,3	100,0
	Total	18	58,1	100,0	
Ausente	Sistema	13	41,9		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_2.10					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Específicas	17	54,8	65,4	65,4
	Categóricas	3	9,7	11,5	76,9
	Alargadas	6	19,4	23,1	100,0
	Total	26	83,9	100,0	
Ausente	Sistema	5	16,1		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_2.11					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Específicas	9	29,0	50,0	50,0
	Categóricas	6	19,4	33,3	83,3
	Alargadas	3	9,7	16,7	100,0
	Total	18	58,1	100,0	
Ausente	Sistema	13	41,9		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_2.12					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Específicas	16	51,6	69,6	69,6
	Categóricas	2	6,5	8,7	78,3
	Alargadas	5	16,1	21,7	100,0
	Total	23	74,2	100,0	
Ausente	Sistema	8	25,8		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_2.13					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Específicas	15	48,4	83,3	83,3
	Catagóricas	1	3,2	5,6	88,9
	Alargadas	2	6,5	11,1	100,0
	Total	18	58,1	100,0	
Ausente	Sistema	13	41,9		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_2.14					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Específicas	11	35,5	57,9	57,9
	Catagóricas	3	9,7	15,8	73,7
	Alargadas	5	16,1	26,3	100,0
	Total	19	61,3	100,0	
Ausente	Sistema	12	38,7		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_2.15					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Específicas	8	25,8	57,1	57,1
	Catagóricas	3	9,7	21,4	78,6
	Alargadas	3	9,7	21,4	100,0
	Total	14	45,2	100,0	
Ausente	Sistema	17	54,8		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_2.16					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Específicas	14	45,2	82,4	82,4
	Catagóricas	2	6,5	11,8	94,1
	Alargadas	1	3,2	5,9	100,0
	Total	17	54,8	100,0	
Ausente	Sistema	14	45,2		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_2.17

		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Específicas	16	51,6	80,0	80,0
	Categóricas	2	6,5	10,0	90,0
	Alargadas	2	6,5	10,0	100,0
	Total	20	64,5	100,0	
Ausente	Sistema	11	35,5		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_2.18

		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Específicas	11	35,5	64,7	64,7
	Categóricas	1	3,2	5,9	70,6
	Alargadas	5	16,1	29,4	100,0
	Total	17	54,8	100,0	
Ausente	Sistema	14	45,2		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_2.19

		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Específicas	16	51,6	88,9	88,9
	Alargadas	2	6,5	11,1	100,0
	Total	18	58,1	100,0	
Ausente	Sistema	13	41,9		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_2.20

		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Específicas	16	51,6	76,2	76,2
	Categóricas	3	9,7	14,3	90,5
	Alargadas	2	6,5	9,5	100,0
	Total	21	67,7	100,0	
Ausente	Sistema	10	32,3		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_2.21					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Específicas	9	29,0	64,3	64,3
	Catagóricas	4	12,9	28,6	92,9
	Alargadas	1	3,2	7,1	100,0
	Total	14	45,2	100,0	
Ausente	Sistema	17	54,8		
Total		31	100,0		

Total MA Específicas = 255

Total MA Catagóricas = 44

Total MA Alargadas = 66

31-61 Anos

Tipo_Acontecimento_2.1					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Específicas	18	58,1	81,8	81,8
	Catagóricas	1	3,2	4,5	86,4
	Alargadas	3	9,7	13,6	100,0
	Total	22	71,0	100,0	
Ausente	Sistema	9	29,0		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_2.2					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Específicas	8	25,8	38,1	38,1
	Catagóricas	4	12,9	19,0	57,1
	Alargadas	9	29,0	42,9	100,0
	Total	21	67,7	100,0	
Ausente	Sistema	10	32,3		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_2.3					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Específicas	12	38,7	57,1	57,1
	Catagóricas	5	16,1	23,8	81,0
	Alargadas	4	12,9	19,0	100,0
	Total	21	67,7	100,0	
Ausente	Sistema	10	32,3		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_2.4					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Específicas	15	48,4	88,2	88,2
	Catagóricas	1	3,2	5,9	94,1
	Alargadas	1	3,2	5,9	100,0
	Total	17	54,8	100,0	
Ausente	Sistema	14	45,2		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_2.5					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Específicas	9	29,0	69,2	69,2
	Catagóricas	2	6,5	15,4	84,6
	Alargadas	2	6,5	15,4	100,0
	Total	13	41,9	100,0	
Ausente	Sistema	18	58,1		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_2.6					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Específicas	14	45,2	82,4	82,4
	Catagóricas	1	3,2	5,9	88,2
	Alargadas	2	6,5	11,8	100,0
	Total	17	54,8	100,0	
Ausente	Sistema	14	45,2		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_2.7					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Específicas	3	9,7	20,0	20,0
	Catagóricas	6	19,4	40,0	60,0
	Alargadas	6	19,4	40,0	100,0
	Total	15	48,4	100,0	
Ausente	Sistema	16	51,6		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_2.8					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Específicas	6	19,4	40,0	40,0
	Catagóricas	6	19,4	40,0	80,0
	Alargadas	3	9,7	20,0	100,0
	Total	15	48,4	100,0	
Ausente	Sistema	16	51,6		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_2.9					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Específicas	7	22,6	63,6	63,6
	Catagóricas	1	3,2	9,1	72,7
	Alargadas	3	9,7	27,3	100,0
	Total	11	35,5	100,0	
Ausente	Sistema	20	64,5		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_2.10					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Específicas	14	45,2	63,6	63,6
	Alargadas	8	25,8	36,4	100,0
	Total	22	71,0	100,0	
Ausente	Sistema	9	29,0		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_2.11					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Específicas	10	32,3	71,4	71,4
	Categóricas	3	9,7	21,4	92,9
	Alargadas	1	3,2	7,1	100,0
	Total	14	45,2	100,0	
Ausente	Sistema	17	54,8		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_2.12					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Específicas	14	45,2	82,4	82,4
	Categóricas	2	6,5	11,8	94,1
	Alargadas	1	3,2	5,9	100,0
	Total	17	54,8	100,0	
Ausente	Sistema	14	45,2		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_2.13					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Específicas	17	54,8	94,4	94,4
	Alargadas	1	3,2	5,6	100,0
	Total	18	58,1	100,0	
Ausente	Sistema	13	41,9		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_2.14					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Específicas	10	32,3	90,9	90,9
	Categóricas	1	3,2	9,1	100,0
	Total	11	35,5	100,0	
Ausente	Sistema	20	64,5		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_2.15					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Específicas	11	35,5	78,6	78,6
	Catagóricas	1	3,2	7,1	85,7
	Alargadas	2	6,5	14,3	100,0
	Total	14	45,2	100,0	
Ausente	Sistema	17	54,8		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_2.16					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Específicas	9	29,0	81,8	81,8
	Catagóricas	2	6,5	18,2	100,0
	Total	11	35,5	100,0	
Ausente	Sistema	20	64,5		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_2.17					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Específicas	8	25,8	72,7	72,7
	Catagóricas	2	6,5	18,2	90,9
	Alargadas	1	3,2	9,1	100,0
	Total	11	35,5	100,0	
Ausente	Sistema	20	64,5		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_2.18					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Específicas	8	25,8	66,7	66,7
	Catagóricas	1	3,2	8,3	75,0
	Alargadas	3	9,7	25,0	100,0
	Total	12	38,7	100,0	
Ausente	Sistema	19	61,3		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_2.19					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Específicas	8	25,8	72,7	72,7
	Catagóricas	1	3,2	9,1	81,8
	Alargadas	2	6,5	18,2	100,0
	Total	11	35,5	100,0	
Ausente	Sistema	20	64,5		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_2.20					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Específicas	12	38,7	80,0	80,0
	Catagóricas	2	6,5	13,3	93,3
	Alargadas	1	3,2	6,7	100,0
	Total	15	48,4	100,0	
Ausente	Sistema	16	51,6		
Total		31	100,0		

Tipo_Acontecimento_2.21					
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem acumulativa
Válido	Específicas	8	25,8	50,0	50,0
	Catagóricas	8	25,8	50,0	100,0
	Total	16	51,6	100,0	
Ausente	Sistema	15	48,4		
Total		31	100,0		

Total MA Específicas = 221

Total MA Catagóricas = 50

Total MA Alargadas = 53

Anexo K- Comparação da Média de Memórias

Autobiográficas Positivas Evocadas entre as Duas Faixas Etárias

Testes de Normalidade							
Faixas_Etárias	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk			
	Estatística	df	Sig.	Estatística	df	Sig.	
Total_MA_Positivas 18-30 Anos	,246	23	,001	,738	23	,000	
31-61 Anos	,262	20	,001	,799	20	,001	

a. Correlação de Significância de Lilliefors

Estatísticas de grupo					
Faixas_Etárias	N	Média	Desvio Padrão	Erro padrão da média	
Total_MA_Positivas 18-30 Anos	23	2,2174	1,70445	,35540	
31-61 Anos	20	2,5500	1,93241	,43210	

Resumo de Teste de Hipótese

	Hipótese nula	Teste	Sig.	Decisão
1	A distribuição de Total_MA_Positivas é a mesma entre as categorias de Faixas_Etárias.	Teste U de Mann-Whitney de amostras independentes	,670	Retar a hipótese nula.

São exibidas significâncias assintóticas. O nível de significância é ,

Anexo L – Tempos de Latência por faixa Etária

Estatísticas de grupo					
	Faixas_Etárias	N	Média	Desvio Padrão	Erro padrão da média
Total_TempoLatência	18-30 Anos	31	146,2903	88,72211	15,93496
	31-61 Anos	31	127,7742	83,82510	15,05543

Pressuposto de Normalidade

Testes de Normalidade							
	Faixas_Etárias	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Estatística	df	Sig.	Estatística	df	Sig.
Total_TempoLatência	18-30 Anos	,153	31	,061	,867	31	,001
	31-61 Anos	,146	31	,091	,885	31	,003

a. Correlação de Significância de Lilliefors

Teste de amostras independentes										
Teste de Levene para igualdade de variâncias										
	Variância	Sig.	teste-t para Igualdade de Médias							
			Z	t	df	Sig. (2 extremidades)	Diferença a média	Erro padrão de diferença	95% Intervalo de Confiança da Diferença Superior	95% Intervalo de Confiança da Diferença Inferior
Total_TempoLatência	iguais	,06	,79	,84	6					
	assumida	,06	,79	,84	6	,402	18,5161	21,9223	25,3350	62,3673
							3	4	8	4

Anexo M – Comparação da média de Memórias Autobiográficas Negativas evocadas entre as duas faixas etárias

Estatísticas de grupo					
	Faixas_Etárias	N	Média	Desvio Padrão	Erro padrão da média
Total_MA_Negativas	18-30 Anos	28	3,3214	1,92553	,36389
	31-61 Anos	26	2,7692	1,47804	,28987

Pressuposto de Normalidade

Testes de Normalidade							
	Faixas_Etárias	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Estatística	df	Sig.	Estatística	df	Sig.
Total_MA_Negativas	18-30 Anos	,173	28	,031	,915	28	,027
	31-61 Anos	,199	26	,010	,908	26	,023

a. Correlação de Significância de Lilliefors

Resumo de Teste de Hipótese

	Hipótese nula	Teste	Sig.	Decisão
1	A distribuição de Total_MA_Negativas é a mesma entre as categorias de Faixas_Etárias.	Teste U de Mann-Whitney de amostras independentes	,337	Reter a hipótese nula.

São exibidas significâncias assintóticas. O nível de significância é ,05.

Anexo N- BFI por idades

Estatísticas de grupo					
	Faixas_Etárias	N	Média	Desvio Padrão	Erro padrão da média
CBFI Extraversion	18-30 Anos	31	,5045	,65542	,11772
	31-61 Anos	31	,4670	,72217	,12971
CBFI Agreeableness	18-30 Anos	31	,7780	,55667	,09998
	31-61 Anos	31	,8503	,60471	,10861
CBFI Conscientiousness	18-30 Anos	31	,3730	,64052	,11504
	31-61 Anos	31	,9211	,67453	,12115
CBFI Neuroticism	18-30 Anos	31	-,0076	,58065	,10429
	31-61 Anos	31	-,1346	,85323	,15324
CBFI Openness	18-30 Anos	31	,4754	,54826	,09847
	31-61 Anos	31	,3722	,69762	,12530

Pressuposto de Normalidade

Testes de Normalidade							
	Faixas_Etárias	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Estatística	df	Sig.	Estatística	df	Sig.
CBFI Extraversion	18-30 Anos	,095	31	,200*	,983	31	,878
	31-61 Anos	,162	31	,037	,911	31	,014
CBFI Agreeableness	18-30 Anos	,152	31	,064	,956	31	,233
	31-61 Anos	,114	31	,200*	,968	31	,470
CBFI	18-30 Anos	,121	31	,200*	,948	31	,133
Conscientiousness	31-61 Anos	,148	31	,082	,949	31	,150
CBFI Neuroticism	18-30 Anos	,110	31	,200*	,970	31	,529
	31-61 Anos	,088	31	,200*	,966	31	,415
CBFI Openness	18-30 Anos	,139	31	,130	,973	31	,605
	31-61 Anos	,082	31	,200*	,923	31	,029

*. Este é um limite inferior da significância verdadeira.

a. Correlação de Significância de Lilliefors

Teste de amostras independentes											
		Teste de Levene para igualdade de variâncias				teste-t para Igualdade de Médias					
		Sig.				Sig. (2 extremidades)		Erro padrão de diferença		95% Intervalo de Confiança da Diferença	
		Z	.	t	df	Sig.	Diferença a média	diferença	Inferior	Superior	
CBFI Extraversion	Variância s iguais assumidas	,007	,936	,214	60	,831	,03751	,17516	,31286	,38788	
	Variância s iguais não assumidas			,214	59,444	,831	,03751	,17516	,31293	,38794	
CBFI Agreeableness	Variância s iguais assumidas	,091	,764	,490	60	,626	-,07228	,14762	,36757	,22301	
	Variância s iguais não assumidas			,490	59,594	,626	-,07228	,14762	,36761	,22305	
CBFI Conscientiousness	Variância s iguais assumidas	,089	,767	3,281	60	,002	-,54810	,16707	,88229	-,21392	
	Variância s iguais não assumidas			3,281	59,840	,002	-,54810	,16707	,88230	-,21390	
CBFI Neuroticism	Variância s iguais assumidas	2,892	,094	,685	60	,496	,12700	,18536	,24378	,49779	

			Variância							
			s iguais						-	
			não	,685	52,88	,496	,12700	,18536	,2448	,49882
			assumid		0				1	
			as							
			Variância							
			s iguais						-	
			assumid	,397	,53	,648	60	,520	,10323	,15936
			as		1				,2155	,42200
			as						3	
			Variância							
			s iguais							
			não		,648	56,82	,520	,10323	,15936	,2159
			assumid			5				,42237
			as							0