



# ISPA

INSTITUTO UNIVERSITÁRIO  
CIÊNCIAS PSICOLÓGICAS, SOCIAIS E DA VIDA

LIFE SCRIPTS E A SUA ASSOCIAÇÃO COM  
ESTADOS DE HUMOR, GÊNERO, VINCULAÇÃO  
E RELAÇÕES INTERPESSOAIS

Marta Fonseca

Orientador de Dissertação:

PROF. DOUTOR VICTOR CLÁUDIO

Coordenador de Seminário de Dissertação:

PROF. DOUTOR VICTOR CLÁUDIO

Tese submetida como requisito parcial para a obtenção do grau de

MESTRE EM PSICOLOGIA CLÍNICA

2014

Dissertação de Mestrado realizada sob a orientação do Prof. Doutor Victor Cláudio, apresentada no Instituto Superior de Psicologia Aplicada para obtenção de grau de Mestre na especialidade de Psicologia Clínica conforme o despacho da DGES, nº 19673/2006 publicado em Diário da República 2ª série de 26 de Setembro, 2006



## Agradecimentos

Ao Professor Doutor Victor Cláudio, por me aceitar no seu seminário e pela sua orientação nesta fase final do meu percurso universitário.

À Michele, por ser incansável e me ajudar sempre que precisei desde o primeiro dia que entrei no seminário. A sua força, orientação e determinação fizeram toda a diferença na minha dissertação.

À Maria Alarcão, pela amiga incrível que é. Acompanha o meu percurso académico desde o dia um e tornou-se uma amiga fundamental na minha vida pessoal. Obrigada por me demonstrares que nunca estou sozinha e por estares sempre em empatia comigo em todos os meus momentos, tanto felizes como stressantes.

À minha madrinha da faculdade, Marta, por todo o apoio académico.

Ao Tomás, por toda a paciência demonstrada durante todo este percurso de realização de tese. Obrigada por todas as palavras de força e motivação e por nunca me deixares desanimar.

Às minhas amigas, por todos os momentos de descontração e gargalhadas que por vezes fizeram milagres; em especial à Catarina e à Sara.

À minha Tia Mercês, por me ajudar na escrita desta dissertação e por ser a melhor madrinha que alguém pode ter.

A toda a minha família, em especial à minha avó por toda a atenção e mimo; ao meu irmão pela amizade especial que sempre tivemos; à tia Margarida por me ajudar até quando não tem tempo; à Tia João pelo apoio constante; e à tia Luísa por estar sempre lá.

Aos meus “anjinhos”, Avó Guida e Tio António Luís por me darem sempre força.

Aos meus pais, por tudo. Tudo o que sou e tenho é consequência de todo o esforço que fazem por mim diariamente, por todo o apoio que me dão, por me transmitirem os seus valores e por acreditarem sempre, sempre em mim.

A todos os participantes do meu estudo pois sem eles não seria possível realizar este trabalho.

Citando Issac Newton, “Se cheguei até aqui foi porque me apoiei no ombro dos gigantes.”. Obrigada a todos os “gigantes” por fazerem de mim uma pessoa melhor. Espero deixar-vos orgulhosos com este trabalho e com o início da minha vida profissional.

## Resumo

Memórias autobiográficas são definidas como a capacidade que um indivíduo tem de recordar conscientemente as experiências, informações e eventos passados. As teorias acerca da memória autobiográfica têm tendência a focar-se somente no indivíduo e minimizar o impacto que a cultura exerce sobre o conteúdo e a estrutura da memória autobiográfica. Em contraste, recentemente surgem teorias que postulam que a evocação de memórias emocionalmente carregadas podem ser moldadas pelos chamados Life Scripts. Estes Life Scripts tratam de expectativas culturais partilhadas acerca da localização temporal e ordem dos eventos de vida num curso de vida protótipo.

O objectivo desta investigação foi estudar as características dos Life Scripts na população portuguesa. A amostra foi constituída por 82 sujeitos (52 do género feminino e 30 do género masculino).

Foram aplicados vários instrumentos clínicos e experimentais como *Inventário de Depressão de Beck* (BDI), o *Questionário dos Eventos dos Scripts de Vida*, a *Escala de Vinculação do Adulto* (EVA) e o *Inventário de Problemas Interpessoais* (IIP). Aplicou-se a versão em Português dos instrumentos.

Nos resultados foram encontradas 43 categorias de Life Script que foram criadas o mais próximo possível das próprias palavras dos sujeitos. Foram encontradas algumas correlações entre as categorias e as subescalas da EVA; e as categorias e as subescalas do IIP

Palavras-chave: Memórias Autobiográficas; Life Scripts; Vinculação; Género; Depressão

## **Abstract**

Autobiographical memories are defined as an individual's capacity to consciously remember past experiences, events and information. The theories on autobiographical memory have so far focused primarily on the individual and minimised the impact that culture exerts over the content and structure of autobiographical memory. In recent years, however, new theories have emerged asserting that the process of evoking emotionally charged memories could be moulded by so-called Life Scripts. These Life Scripts look at culturally shared expectations on the temporal location and order of life events over a prototypical life.

The aim of this research project was to study the characteristics of Life Scripts in the population of Portugal. The sample comprised 82 subjects (52 females, 30 males.)

To this end, several clinical and experimental instruments were applied, such as *Beck's Depression Inventory* (BDI), *Life Script Events Questionnaires*, *Adult Attachment Scale-R* (AAS-R) and the *Interpersonal Problems Inventory* (IIP). The version applied was in Portuguese.

The results found 43 categories of Life Scripts that were created as close to the subjects' own words as possible. Some correlations were found between the categories and subscales of AAS-R; and the categories and subscales of IIP.

Key words: Autobiographical memory; Life Scripts; Attachment; Gender; Depression

## **Índice**

Introdução.....	1
Enquadramento Teórico.....	1
Método .....	18
Resultados .....	23
Hipótese V.....	43
Discussão.....	51
Conclusões.....	57
Referência Bibliográficas.....	60
Anexos .....	61

## LISTA DE TABELAS E FIGURAS

### Lista de Tabelas

TABELA 1	Mínimo, Máximo, Média e Desvio-Padrão obtidos pelos sujeitos na Idade	18
TABELA 2	Frequência e Percentagem obtida pelos sujeitos no Género, Estado Civil, Filho, Profissão e Habilitações literárias	19
TABELA 3	Frequência, Percentagem, Percentagem Válida e Percentagem Acumulada obtida pelos sujeitos no Género	23
TABELA 4	Média, Mediana, Moda, Mínimo, Máximo e Percentis obtidos pelos sujeitos na Idade	23
TABELA 5	Frequência, Percentagem, Percentagem Válida e Percentagem Acumulada obtida pelos sujeitos no Estado Civil	24
TABELA 6	Frequência, Percentagem, Percentagem Válida e Percentagem Acumulada obtida pelos sujeitos na variável Filhos	24
TABELA 7	Frequência, Média e Desvio Padrão da descrição dos Scripts evocados incluindo a Prevalência, Importância, Idade Esperada e Valência	27
TABELA 8	Caracterização dos 43 Scripts evocados organizados por Categorias	28
TABELA 9	Normalidade da Valência com o BDI	30
TABELA 10	Teste de Levene na Valência	30
TABELA 11	Média, Desvio Padrão e Std. Erro Média entre a valência dos sujeitos com alto e baixo score no BDI	31
TABELA 12	Teste t-student para igualdade de médias na variável valência	32
TABELA 13	Normalidade das Categorias com o Género	34
TABELA 14	Teste t-student para igualdade de médias nas Categorias	36
TABELA 15	Média, Desvio Padrão e Std. Erro Média entre as Categorias e o Género	39
TABELA 16	Teste t-student para igualdade de médias nas Categorias	40
TABELA 17	Critérios de Correlação	41
TABELA 18	Correlações de Pearson entre as Categorias de Scripts e as Escalas da EVA	41

TABELA 19	Correlações de Pearson entre a Prevalência e a Valência	43
TABELA 20	Correlações de Pearson entre a Valência e a Importância	44
TABELA 21	Modelo de Regressão Linear entre a Valência e a Importância	44
TABELA 22	Anova entre a Valência e a Importância	44
TABELA 23	Coefficientes entre a Valência e a Importância	44
TABELA 24	Correlações de Pearson entre as Categorias e as Subescalas do IIP	45
TABELA 25	Modelo de Regressão Linear entre a Categoria Família e a subescala do IIP Intrusivo Carente	47
TABELA 26	Anova entre a Categoria Família e a subescala do IIP Intrusivo Carente	47
TABELA 27	Coefficientes entre a Categoria Família e a subescala do IIP Intrusivo Carente	48
TABELA 28	Modelo de Regressão Linear entre a Categoria Outros e a subescala do IIP Autoritário/Controlador	48
TABELA 29	Anova entre a Categoria Outros e a subescala do IIP Autoritário/Controlador	49
TABELA 30	Coefficientes entre a Categoria Outros e a subescala do IIP Autoritário/Controlador	49
TABELA 31	Modelo de Regressão Linear entre a Categoria Outros e a subescala do IIP Vindicador/Egocêntrico	50
TABELA 32	Anova entre a Categoria Outros e a subescala do IIP Vindicador/Egocêntrico	50
TABELA 33	Coefficientes entre a Categoria Outros e a subescala do IIP Vindicador/Egocêntrico	50

#### Lista de Figuras

FIGURA 1	Frequência dos Life Scripts evocados em cada Categoria	29
----------	--	----

## **Introdução**

Pretende-se com este estudo analisar os Life Scripts na população portuguesa, de forma a avaliar se as conclusões dos estudos de memórias autobiográficas se aplicam também aos Life Scripts da população portuguesa.

Não existe, até ao momento qualquer análise ou estudo sobre os Life Scripts da população portuguesa. A amostra definida para este estudo foi por conveniência, tendo sido analisadas variáveis já estudadas em várias populações, tais como: os estados de humor, o género, a vinculação e as relações interpessoais.

Foram utilizados 5 questionários de acordo com as variáveis, tendo a maioria das pessoas considerado os questionários acessíveis mas demasiado extensos e algo “cansativos” dado que implicam momentos de introspecção mais profunda.

O objectivo deste estudo pretende conhecer os Life Scripts da população portuguesa e investigar se estão relacionados com as variáveis estudadas em várias populações.

## **Enquadramento Teórico**

### **Memórias**

A memória é um processo cognitivo que retém, consolida, recupera e evoca toda a informação, conhecimentos, acontecimentos, sentimentos e ideias, desempenhando assim um papel fulcral na vida do ser humano. Segundo Conway & Rubin (1993), a memória é uma encruzilhada na cognição humana em que os objectivos, o self, a emoção e os significados pessoais se intersectam.

A memória é essencial para a existência de um self, uma vez que sem ela o sujeito não se reconheceria a si mesmo. O acto de recordar envolve assim três processos distintos: a codificação da informação, o seu armazenamento e a sua evocação (Gleitman, 1990).

## **Memórias Autobiográficas**

As Memórias Autobiográficas são definidas como a capacidade que um indivíduo tem de recordar conscientemente as experiências passadas, informações e eventos (Williams, Conway & Cohen, 2008). As memórias autobiográficas consistem em experiências de vida cruciais para o desenvolvimento e manutenção da identidade pessoal ao longo da vida (Robinson, 1986). A evocação de memórias autobiográficas ocorre através de um sistema apelidado de Sistema de Memórias do Self (SMS) que se define pela interação do working self com a base de conhecimento das memórias autobiográficas, segundo Conway e Pleydell-Pearce (2000).

Conway (1990, 2005), Conway e Pleydell-Pearce (2000), Rubin (1986) e Pillemer (1998), definiram as memórias autobiográficas como as memórias de acontecimentos e factos da própria vida, relacionadas com o Eu, que se distingue de outras memórias pelo facto de incluir acontecimentos que têm sentido para o próprio indivíduo (Fivush & Haden, 2005; Fivush & Nelson, 2006; Pasupathi, Mansour & Brubaker, 2007).

Investigações recentes (Fivush, 2008; Fivush & Nelson, 2004; Nelson, 1993, 1996, 2003; Pillemer & White, 1989; Santamaria, De La Mata & Ruiz, 2012; Wang & Brockmeier, 2002; Wang & Fivush, 2005), vieram colocar em evidência a ideia de que as memórias autobiográficas se constroem da interação entre o indivíduo e o meio social envolvente (pais, pares e outros significativos) mas também da interação entre o indivíduo e o meio cultural.

Surge deste modo a premissa de que as memórias autobiográficas são construções mentais dinâmicas transitórias geradas a partir de uma base de conhecimento subjacente, sensível a estímulos. As memórias autobiográficas são então de extrema importância para o self, para as emoções e para a experiência de personalidade de um indivíduo, numa determinada cultura ao longo do tempo. Porém, elas assumem este papel fundamental no desenvolvimento da identidade pessoal, porque são organizadas e tendem a preservar os eventos considerados mais essenciais no curso de vida de um indivíduo (Mathews 2006, Reisberg & Heuer 2004). Diversos estudos realizados ao longo dos tempos no campo das memórias autobiográficas têm-se focado no estudo da recordação de eventos pessoais específicos marcantes contextualizados no tempo e no espaço (Brewer 1986; Rubin 1998).

Os eventos marcantes refletem padrões de expectativas culturais permitindo ao indivíduo verificar maior ou menor adequação à sua própria trajetória individual. Os eventos que tipicamente fazem parte de uma história de vida enquadram-se nas convenções sociais (Bemtsen & Rubin, 2004).

De todos os eventos, uns são de fácil acesso, ou seja, são lembrados com facilidade, outros não. Os episódios marcantes são aqueles que mesmo que tenham acontecido apenas uma vez, podem ser recordados de uma forma detalhada e vivida após anos e décadas. Estas memórias pessoalmente importantes têm sido frequentemente tratadas na literatura sendo operacionalizadas como eventos marcantes (Pillemer, 1998), episódios nucleares (McAdams, 1985) memórias definidoras do self (Singer & Salovey, 1993), ou memórias vividas (Rubin & Kozin, 1984; Thomsen & Berntsen, 2003).

### **Memórias Autobiográficas e Estados de Humor**

Com o objectivo de compreender melhor os mecanismos etiológicos e de manutenção dos estados de humor, alguns investigadores têm procurado investigar o papel exercido por diversas variáveis. Uma das variáveis reconhecidas nesse sentido é a memória.

Segundo a Organização Mundial de Saúde, a depressão é a psicopatologia mais diagnosticada no mundo. Uma característica importante dos sujeitos com depressão é a dificuldade para recordar eventos específicos da vida. As memórias que estão relacionadas a eventos específicos da história de vida do sujeito são as memórias autobiográficas (Baddeley, 2009; Sheen; Kemp; Rubin, 2001).

Uma das características mais marcantes das memórias autobiográficas de indivíduos com depressão é então a de ser supergeneralizada, ou seja, uma recordação do próprio passado é demasiadamente genérica, inespecífica e difusa (Williams et al., 1997). Indivíduos com esse estado de humor apresentam tendencialmente dificuldades para recordar eventos específicos da sua história de vida, temporal e espacialmente localizados. As consequências desse modo de processamento mnemônico são discutidas a seguir, após apresentarmos os métodos experimentais utilizados na sua investigação, bem como algumas questões relativas à especificidade da supergeneralização nos transtornos depressivos.

Embora a observação de que indivíduos deprimidos apresentam uma tendência para processar a memória de um modo supergeneralizado tenha vindo a ser sistematicamente relatada na literatura (Healy e Williams, 1999), existem diversos estudos em que essa mesma tendência não é verificada (Dalglish et al., 2001)

As memórias autobiográficas são de extrema importância para a depressão pelas mais variadas razões. Segundo Kuyken e Dalglish (1995), nos sujeitos deprimidos existe um enviesamento negativo das memórias autobiográficas que é fundamental para a génese da depressão e sua manutenção, na medida em que reforça o ciclo depressivo. A depressão está assim associada a um enviesamento da memória, em que a quantidade de memórias de situações negativas é superior à de situações positivas (Brewin, Reynolds, & Tata, 1999; Williams, Watts, Macleod, & Mathews, 2000).

Diversos estudos obtiveram resultados que corroboram a hipótese avançada por Williams e Broadbent (1986) de que a recuperação das memórias autobiográficas face a pistas é caracterizada por domínio de acontecimentos de vida sobregeneralizados (Goddard et al., 1996; Kaviani, Rahimi-Darabad, Kamyar, & Naghavi, 2003; Leibetseder et al., 2006; Lemogne et al., 2006; Van Vreeswijk & Wilde, 2004; Wessel et al., 2001).

Um exemplo importante da relação entre as memórias autobiográficas e depressão é segundo Clark, Beck, e Alford (1999) o efeito de congruência do humor, que se deve ao facto de, nos sujeitos deprimidos, existir uma maior acessibilidade relativamente aos esquemas negativos auto referentes relacionados com o modo de perda. Este factor leva a que exista uma evocação de informação preferencialmente negativa. O efeito de congruência de humor seria tão mais forte quanto maior a severidade da depressão. Esta perspectiva foi mais tarde corroborada por Claudio (2004), que defendeu que este efeito se relaciona com o estado e não com o traço depressivo.

Existem estudos que abordam outras hipóteses da relação entre depressão e as memórias autobiográficas. Assim, alguns estudos obtiveram dados que confirmam a relação entre a remissão da depressão e (i) número de respostas específicas a palavras-chave negativas (Peteers, Wessel, Merckelbach, & Boon-Vermeeren, 2002) e (ii) número de MA com valência negativa (Rottenberg et al., 2005). Conquanto os últimos dados referidos pareçam paradoxais, os autores explicam os resultados obtidos pela

frequência de recuperação de acontecimentos passados, isto é, ao recordar experiências de vida em que não foi bem-sucedido, o sujeito será capaz de contornar as dificuldades actuais, perspectiva também adoptada pelos defensores da relação entre resolução de problemas sociais e curso da depressão (Goddard et al., 1996; Kaviani et al., 2003; Newman & Hedberg, 1999; Pergher et al., 2004).

Em relação à valência das memórias, os resultados obtidos entre diversos estudos são aparentemente diferentes e incompatíveis. O estudo de Berntsen (1998) demonstra as memórias voluntárias como sendo menos positivas que as involuntárias. Por outro lado, Schlagman e Kvavilashvili (2008) não observaram nenhuma diferença significativa.

### **Life Scripts**

As teorias acerca das memórias autobiográficas têm tendência a focar-se somente no indivíduo e minimizar o impacto que a cultura exerce sobre o conteúdo e a estrutura das memórias autobiográficas. No entanto, Berntsen e Rubin (2003) nos seus estudos mais recentes afirmam que a evocação de memórias emocionalmente carregadas, pode ser moldada pelos chamados Life Scripts. Estes Life Scripts tratam de expectativas culturais partilhadas acerca da localização temporal e ordem dos eventos de vida num curso de vida.

Os Life Scripts supõem a construção de uma história vital e esta só é conseguida através de duas estruturas: o Eu e as memórias autobiográficas. Estas estruturas não devem ser entendidas como estruturas autónomas mas sim como estruturas ligadas entre si, constituindo-se mutuamente (Brunner, 2003; McAdams, 2003; Neisser & Fivush, 1984).

Se por um lado, as memórias surgem organizadas em torno do Eu, por outro lado, a identidade pessoal e a percepção da continuidade do Eu, depende das memórias que correspondem às experiências vividas.

Numa Era onde as condições de vida se alteram, os valores estão em constante mudança, e os apelos à flexibilidade das pessoas são frequentes, as histórias de vida são definidas e retratadas como um processo onde cada indivíduo procura estabelecer e manter um sentido de identidade e continuidade, com base na interpretação dos significados pessoais atribuídos à experiência, tendo em consideração a fraca estabilidade das normas e valores sócio-culturais (Giddens, 1991).

Contudo, estas histórias de vida não são criadas e delineadas isoladamente com base na experiência individual. Há que ter em conta as normas culturais partilhadas, que servem de guia para o conteúdo e organização dos eventos. McAdams (2001) postula que as histórias de vida “vivem na cultura. Elas nascem, multiplicam-se e provavelmente morrem de acordo com normas, regras e tradições que prevalecem numa determinada sociedade” (p. 114). No entanto, também não são apenas as normas ou regras culturais que assumem um papel de destaque na construção das histórias de vida, e que podem ser consideradas no nível mais elevado de organização da personalidade. Também os projectos, os valores pessoais, preocupações, traços e características específicas do passado, poderão vir a influenciar a condução da história de vida e indicar se esses mesmos se assemelham ou diferenciam de um script de vida dito “normal ou comum”, naquele determinado contexto ou cultura (Conway, 2005).

A explicação do Life Script tem o seu ponto de partida no pressuposto de que cada sociedade tem normas e regras para cada idade, e que as mesmas regulam as expectativas e o comportamento. Como Neugarten e colaboradores (1965) apontaram, “Existe aquilo que pode ser chamado de um calendário preditivo ou base para a ordenação de eventos importantes na vida: um tempo para casar, um tempo para ter e educar os filhos, um tempo para se reformar” (p. 711). Assim, não só esta organização de eventos de vida se encontra quase que pré-definida por idade, como os próprios indivíduos têm consciência disso, esperando que quando chegarem a uma determinada fase da vida, determinado evento aconteça (Shai, 2002).

Deste modo, foi introduzido o conceito de *Life Script cultural* que se refere a expectativas culturais partilhadas mensuráveis sobre a ordem e o tempo dos eventos, como foi anteriormente dito (Berntsen & Rubin, 2002, 2004; Rubin & Berntsen, 2003). Um script é então uma série de eventos que se desdobra numa ordem específica, onde cada evento surge permitindo que os acontecimentos que se seguem, construam um episódio estereotipado, como comer num restaurante (Schank, 1982, 1999; Schank & Abelson, 1977), representando uma série de eventos que ocorrem numa ordem específica, e representa um curso de vida protótipo dentro de uma determinada cultura (Rubin & Berntsen, 2003). No entanto, é importante salientar que apenas os eventos culturalmente importantes de transição (como casar, ter filhos, a morte de um familiar próximo) se encontram no role de acontecimentos de vida típicos de Life Scripts. Existem eventos que podem ser pessoalmente marcantes, como ganhar a lotaria ou ter

um acidente grave, mas que se encontram excluídos, exactamente por não preencherem o pré-requisito temporal, isto é, não existe uma idade para que isso aconteça, não acontece à maioria das pessoas ou não é esperado quando se fala de uma história de vida típica.

Evidências empíricas, resultantes de estudos realizados, definem scripts de vida como estruturas cognitivas compartilhadas no interior de uma cultura, que apontam para a existência de uma elevada correlação entre o padrão de curso previsto pelos scripts de vida e a distribuição de memórias autobiográficas nos indivíduos (Berntsen & Rubin, 2004; Rubin & Berntsen, 2003). No entanto é importante salientar que um Life Script e uma história de vida pessoal não são a mesma coisa: um Life Script diz respeito à história desde o nascimento até à morte, e a história de vida pessoal trata de tudo o que se passou, desde o nascimento até à data em que é relatado o acontecimento (Berntsen & Rubin, 2004; Conway, 2005).

Por outras palavras os Life Scripts são conceitualmente diferentes das histórias de vida. As histórias de vida são compostas por memórias autobiográficas e pelo modo como elas são lembradas e reconstruídas por um indivíduo. Os Life Scripts são compostos pelo conhecimento semântico que se apreende para além da experiência pessoal. Referem-se portanto às representações culturalmente compartilhadas de uma vida idealizada.

Nos Life Scripts a ênfase é a vida idealizada e tendem a ser dominados por acontecimentos positivos, que têm lugar predominantemente durante a adolescência e início da idade adulta. Um dos princípios da teoria dos Life Scripts é que estes funcionam quase como que um esboço para recordação de memórias da história de vida e para imaginar eventos futuros, dentro daquilo que é esperado de uma vida protótipo (Berntsen e Rubin , 2002, 2004 , Rubin & Berntsen , 2003).

Os eventos que constituem transições culturalmente importantes e que se espera que acontecem "em tempo útil", ou seja, dentro da idade estipulada, são muitas vezes considerados positivos (Luborsky, 1993; Rubin & Berntsen, 2003), enquanto que os eventos transitórios que são "fora de tempo" (como por exemplo, a gravidez na adolescência) são muitas vezes vistos como socialmente estigmatizantes (Neugarten & Hagestad, 1976).

Deste modo os Life Scripts são propostas que influenciam a recordação de memórias autobiográficas em vários níveis: os eventos que correspondem a um Life Script são automaticamente percebidos como importantes, emotivos e consequentes no momento da codificação. O facto de esses eventos serem culturalmente definidos como importantes, faz com que estes sejam mencionados mais vezes do que outros eventos, não só retrospectivamente, mas também de forma prospectiva, ou seja, os indivíduos tendem a falar e pensar sobre o passado, assim como os próximos eventos de transição nas suas vidas. Assim, quando os indivíduos são convidados a recordar memórias importantes das suas vidas ou imaginar acontecimentos importantes da vida futura, eles usam automaticamente um Life Script como um esboço ou base da sua história de vida.

A noção de Life Script de Schank e Abelson (1977) aponta para uma hierarquia, ou uma espécie de pirâmide que se forma até se chegar ao acontecimento em si. Por exemplo, para casar as pessoas tiveram de se conhecer, sair juntas, começar a namorar, o pedido de casamento, e só depois casar. Por isso, cada evento de um Life Script deve ser visto não como um evento isolado mas como um evento extenso (Barsalou, 1988).

Mais formalmente, um script consiste num slot, e as exigências sobre o que pode preencher esses mesmos slots (Schank & Abelson, 1977). Nos scripts de vida, os slots são eventos de transição culturalmente importantes que se espera que ocorram dentro de um intervalo de idade circunscrito e no decurso de eventos individuais da cultura de vida, como já anteriormente referido.

Os requisitos mais importantes para a criação de um slot são: 1) normas culturais referentes à idade dos indivíduos, prescrevendo uma idade apropriada para o evento em questão, e 2) as normas do que é culturalmente esperado, atribuindo uma ordem específica para o evento, de uma série de eventos que se sucedem (por exemplo, terminar a escola, conseguir um emprego, casar, e depois ter o primeiro filho).

Vários estudos foram realizados no campo dos Life Scripts, com populações com culturas diferentes, e os resultados encontrados apontam para uma uniformidade no que corresponde à valência das memórias evocadas nos Life Scripts. Ou seja, em culturas diferentes, em pessoas com idades diferentes, e nos diferentes géneros, todos os indivíduos tendem a enunciar apenas, ou na grande maioria, eventos positivos, colocando de parte os eventos negativos (Berntsen and Rubin, 2004; Rubin, Berntsen &

Hutson, 2009). Estes resultados são consistentes com a definição de Life Script que nos remete para uma vida idealizada, para um protótipo de vida.

No estudo de Berntsen e Rubin (2004) realizado com 103 sujeitos, as quinze categorias mais evocadas de Life Scripts foram: Ter filhos, Casamento, Começar a escola, Escola, Namorar, Morte de outros, Reforma, Sair de Casa, Morte de pai ou mãe, Primeiro Emprego, Iniciar o Infantário, Própria Morte, Divorcio, Ter irmãos e Fazer e Ter Amigos. Num outro estudo realizado por Rubin, Berntsen e Hutson (2008) com uma amostra de 100 sujeitos, as quinze categorias mais evocadas de Life Scripts foram: Casamento, Ter Filhos, Escola, Começar a Escola, Ensino Secundário, Primeiro Emprego, Começar a Falar, Começar a Andar, Própria Morte, Ir à escola, Morte de Pai ou Mãe, Morte de Outros, Reforma, Próprio Nascimento e Namorar. As quinze categorias mais evocadas de Life Scripts no estudo de Janssen e Rubin (2010) com uma amostra de 595 sujeitos foram: Ter Filhos, Começar a Escola, Casamento, Morte de Pai ou Mãe, Namorar, Primeiro Emprego, Sair de Casa, Ensino Secundário, Terminar o Ensino Secundário, Conhecer o cônjuge, Própria Morte, Terminar o Ensino Superior, Doença Grave, Aprender a Andar e Primeira Experiência Sexual. Assim, é esperado que, pelo menos, as categorias comuns aos três estudos (Casamento, Ter Filhos, Começar a Escola, Primeiro Emprego, Própria Morte, Morte de Pai ou Mãe e Namorar) sejam também categorias dos Life Scripts da população Portuguesa.

Segundo Berntsen e Rubin, 2004, a noção de Life Script contém 10 propriedades:

1. Um Life Script é um conhecimento semântico sobre as expectativas em determinada cultura sobre eventos da vida, e não uma forma de memória (pessoal) episódica sobre esses eventos;
2. Um Life Script é uma série de eventos ordenados temporalmente;
3. Os Life Scripts podem ser descritos em termos de determinados períodos e os seus requerimentos;
4. Os Life Scripts formam uma organização hierárquica em que eventos de transição criam “cenas” de ordem superior onde uma série de acções e episódios estão inseridos;
5. Os Life Scripts são usados para processar histórias da vida;

6. Os períodos específicos e os seus requerimentos no contexto dos Life Scripts são eventos de transição culturalmente importantes e o tempo em que é culturalmente expectável que estes aconteçam;
7. Uma vez que os Life Scripts representam um ciclo de vida normativo, estes não podem ser extraídos de acções pessoais em contextos recorrentes, e são antes transmitidos via tradição. Os jovens, que ainda só viveram uma curta parte da sua vida, conhecem os Life Scripts inerentes à sua cultura;
8. Os Life Scripts não representam “a média” de eventos num ciclo de vida, mas sim uma vida idealizada em que muitos eventos comuns e importantes são excluídos;
9. Os Life Scripts são distorcidos em vidas reais para favorecer eventos positivos;
10. Os Life Scripts são distorcidos em vidas reais para favorecer eventos que se espera acontecerem dentro do período de reminiscência.

Vários estudos têm demonstrado que os indivíduos utilizam os Life Scripts para desenvolver e orientar a sua história de vida, tornando-se estes quase que um pré-requisito para este desenrolar. Embora a capacidade de recordar eventos pessoais surja ao longo dos anos pré-escolares (Fivush & Nelson, 2004), as histórias de vida apenas se começam a desenvolver de um modo coerente a partir da adolescência (Habermas & Bluck, 2000). São estes autores que vão definir quatro características principais desta coerência narrativa: causal, temporal, temática e biográfica.

Estudos realizados enfatizam que o facto de se pedir a um indivíduo que aceda a memórias extremamente positivas e importantes, torna mais provável a ativação dos Life Scripts de uma pessoa, porque a maioria dos eventos de transição culturalmente esperados são considerados positivos e importantes. Por outro lado, quando o indivíduo é induzido a recordar eventos extremamente negativos é menos provável que active ou mencione Life Scripts, porque os eventos altamente negativos tipicamente consistem em desvios do calendário da sequência do Life Script (Rubin & Berntsen, 2003) .

Em conclusão o Life Script constitui uma história de vida idealizada que é passada das gerações mais velhas para as mais novas, a partir de histórias, de observações do comportamento dos outros, de expectativas e do que é expectável, dentro da mesma cultura.

## **Diferenças de género**

Como foi previamente explicado são vários os factores que exercem influência na construção das memórias autobiográficas e no acto de recordar. Deste modo, tanto a cultura como factores individuais assumem um papel de destaque. Partindo então do pressuposto de que uma das principais funções de recordar o passado passa por ajudar a construir uma compreensão do self através do tempo, então o modo como o self é concebido vai também influenciar a maneira como cada passado é construído, definido e lembrado, e o modo como cada passado é contextualizado e construído influencia a construção do self, numa relação diádica de continuidade. Aqui refira-se também a questão da vinculação, tendo em conta que as relações que criamos e estabelecemos com as nossas figuras de vinculação terão uma influência na construção do nosso self, logo no modo como recordamos o nosso passado.

Paralelamente à cultura e aos estilos de vinculação, também o género exerce alguma influência, embora pouco estudada até à data. Estudos realizados defendem que as mulheres, comparadas com os homens, possuem uma memória mais vivida, mais detalhada, mais extensa, com uma valência mais emocional, tanto de memórias mais antigas, como da infância, como de memórias mais recentes da idade adulta (Pillemer,1998). Mais uma vez, os estilos de vinculação parecem exercer influência neste factor individual no sentido em que os estilos de vinculação diferem por género: as mães são mais elaborativas, mais avaliativas e emocionais quando têm recordações das filhas do que às recordações que têm dos filhos (Fivush & Buckner, 2003).

Maccoby e Jacklins (1978) sugerem um princípio para compreender as diferenças de género na memória: homens e mulheres não diferem na capacidade de memória global em si, apesar de diferirem em termos de motivação, interesse e formação que de certo modo podem vir a afectar o conteúdo do que é lembrado.

Outras das hipóteses que pode resultar numa diferença na recordação das memórias autobiográficas prende-se com o homem e a mulher em si, com as suas características grupais, os seus interesses, os seus gostos, o modo como sentem as experiências que vivenciaram e as suas crenças. É neste ponto que poderá entrar também a questão das diferenças culturais, que também exerce influência na recordação.

Alguns estudos defendem que as mulheres têm tendência para ser mais detalhadas, emotivas e descreverem a sua memória com um maior significado pessoal. Robinson (1992), concluiu que as mulheres evocam memórias com descrições mais detalhadas, mais vividas, mais emotivas e com maior significado individual em comparação com os homens. Broverman, Vogel, Clarkson & Rosenkrantz (1972) também concluíram que as mulheres mais facilmente geram memórias relativamente a palavras relacionadas com emoções ou afectos e que recordam memórias mais recentes do que os homens.

Wang e Fivush (2005) defendem que existe uma diferença entre a temática que cada género evoca. Segundo os autores, os pais tendem a falar com as suas filhas num contexto mais interpessoal e emocional do que quando conversam com os filhos que dão mais destaque ao papel autónomo desempenhado pela criança. Parece assim possível deduzir que existe uma diferença entre os Scripts evocados por uma criança de género feminino e uma criança de género masculino. No caso do género feminino, a sua memória autobiográfica tende a ser organizada em função da inter-relação com outro, o que leva a memórias mais envolvidas a nível emocional, enquanto que no género masculino a memórias tende a ser mais organizada favorecendo um Eu autónomo.

Por outro lado, Rubin, Schulkind e Rahhal (1999) defendem que a diferença entre o discurso do pai para um filho ou para uma filha não implica necessariamente uma diferença ao nível da recordação. Segundo os mesmos autores existem outros factores que podem influenciar a construção da memória como as características individuais de cada um. Os autores defendem não existir qualquer tipo de diferença significativa entre os dois géneros no que concerne à recordação e evocação de memórias autobiográficas pois o que evocamos é resultado da nossa vida e um homem e uma mulher não têm que ter, obrigatoriamente, passado por situações diferentes só por serem de géneros diferentes.

Uma vez que, e de acordo com alguma literatura, os conteúdos das memórias autobiográficas parecem divergir entre homens e mulheres devido aos factores sociais que os influenciam, espera-se que as temáticas dos Life Scripts sejam mais dirigidas nas mulheres para as relações interpessoais e nos homens para os aspectos particulares da sua própria acção, para questões menos emocionais.

## **Estilos de Vinculação**

Depois das teorias de vinculação de Bowlby e de todos os seus estudos, tem sido crescente a motivação de investigadores para procurar compreender o impacto que os cuidados parentais, positivos ou negativos exercem no desenvolvimento humano (O'Connor, Bredenkamp & Rutter, 1999; Boris & Zeanah, 1999; Zeanah, Smyke, Koga & Carlson, 2005). Também nas memórias se supõe que os estilos de vinculação exerçam influência: se tudo aquilo que vivemos, se a maneira como nos percebemos, influencia o nosso self, e a nossa vida, decididamente também influenciará aquilo que recordamos e como recordamos.

Bowlby (1969) define a vinculação como uma “capacidade filogeneticamente programada” de um indivíduo se relacionar com outro, favorecendo a capacidade de desenvolvimento de vínculos com os seus cuidadores, responsáveis pela sua alimentação, abrigo, higiene, educação e protecção.

Bowlby (1988) enfatiza a importância da existência e presença de uma figura de vinculação, com quem a criança possa estabelecer uma ligação emocional estável e duradoura que lhe permita construir conhecimentos e expectativas acerca de si própria, da figura de vinculação, das relações interpessoais e do mundo (Pereira, 2008). Também na vinculação a emoção é um conceito presente, tal como nas memórias autobiográficas. Estudos realizados postulam que a existência de uma figura de vinculação responsiva e disponível facilita a regulação das emoções quando o indivíduo é confrontado com ameaças e stressores externos (Bowlby, 1988; Diamond & Hicks, 2004; Ryff & Singer, 2001).

A teoria da vinculação é a relação desenvolvida entre a criança e o cuidador primário (por norma, a mãe) e as consequências que esta relação tem no desenvolvimento e elaboração do self e da ideia do outro e, por consequência, da relação (Collins & Read, 1990). Desta forma a criança desenvolve padrões de vinculação diferentes que irão servir como base para as suas relações futuras, de acordo com a interacção da criança e a figura de vinculação. (Ainsworth, Blehar, Waters, & Wall, 1978, citado por Ainsworth, 1979). A vinculação é então uma necessidade humana universal de desenvolver ligações afectivas próximas ao longo da vida, de maneira a sentir segurança suficiente para que lhes seja permitido explorar o outros, o self e o mundo com confiança (Ainsworth, 1967; Ainsworth & Bowlby, 1991).

Existem três tipos de vinculação: a vinculação segura, a vinculação insegura evitante e a vinculação insegura ambivalente. (Hazan e Shaver, 1987; Shaver e Hazan, 1988; e Shaver, Hazan e Bradshaw, 1988). A vinculação segura ocorre quando a criança utiliza o cuidador primário como base de segurança a partir do qual explora o meio. Estas crianças são caracterizadas por estabelecerem facilmente relações de proximidade com outras pessoas e por se sentirem confortáveis com essa intimidade. Como são crianças que se sentem amadas não se preocupam com a possibilidade de serem abandonadas pelo cuidador primário. As figuras de vinculação assumem para eles uma base segura nas situações de contrariedade, sendo caracterizadas como crianças sensíveis e responsáveis. A vinculação insegura ambivalente ocorre quando existe uma dificuldade na gestão da proximidade com o cuidador primário. As crianças tornam-se conscientes da sua própria necessidade de estabelecer uma maior proximidade com o outro e receiam que este aspecto leve ao afastamento e perda da amizade ou amor das figuras significativas. Regularmente estabelecem relações em que cuidam ou são cuidados de forma quase compulsiva, com flexibilidade cognitiva e emotiva reduzida na alternância de papéis. A vinculação evitante ocorre quando existe um desconforto que os indivíduos percebem em relação à intimidade e proximidade que as relações com as figuras significativas podem implicar. Indivíduos com vinculação evitante têm tendência a mostrar dificuldade em confiar no outro dado que percebem o cuidador primário como não responsivo em situações de contrariedade. Na vinculação evitante o indivíduo tende a evitar cuidar e ser cuidado visto que vêem esta situação como uma dependência desagradável.

Um estudo longitudinal com crianças de 1 a 3 anos de idade (Belsky, Spritz, Crnic, 1996) demonstrou que crianças com estilo de vinculação seguro evocam significativamente memórias mais positivas do que crianças com estilo de vinculação inseguro. Para além disso, crianças com estilo de vinculação seguro evocam significativamente mais memórias de eventos positivos do que eventos negativos. Num extremo oposto, crianças com estilo de vinculação inseguro tendem a evocar mais memórias de eventos negativos do que de eventos positivos.

### **Relações interpessoais**

As relações interpessoais são as interações que ocorrem com os outros, determinando aquilo que somos e como nos comportamos. As relações interpessoais

surtem quando iniciamos o processo de autoconhecimento, estudando os nossos conflitos internos, os nossos sentimentos e podendo modificar o nosso mundo exterior e interior. As relações interpessoais possibilitam que as pessoas troquem informações. Essas informações podem ser decisões, sentimentos, informações e emoções, ou seja, informações que podem ser ou vir a ser importantes para o outro.

Nos relacionamentos interpessoais existe uma dimensão emocional que afecta muito a vida de cada um, visto que, são esses processos interactivos que formam uma das partes do Eu. As condições em que ocorrem os relacionamentos definem a forma de convivência entre os seres humanos, que são seres de relação, e destes com a natureza. São estas relações que poderão fazer a diferença entre sofrimento e bem-estar e que definem como a vida social é construída no dia-a-dia. Deteriorações nas relações interpessoais, por norma, resultam em deterioração das relações intra e inter-organizacionais e das relações sociais.

O estudo das relações interpessoais é fundamental visto que muitos dos nossos comportamentos dependem do modo como nos comportamos em sociedade e como nos relacionamos com os outros. Existem quatro processos de cognição social: as impressões, as expectativas, as atitudes e as representações sociais. As impressões são ideias formadas a partir de características que puderam ter sido realçadas no primeiro encontro. Estas impressões facilitam a relação interpessoal pois favorecem a comunicação e poderão dar alguma segurança. Estas impressões são construídas fundamentalmente através da nossa interpretação da realidade, tendo por base crenças, valores e conjunto de indícios. As expectativas são formas de considerar as pessoas com base na nossa categorização. As informações de que dispomos dão-nos base para prever comportamentos e atitudes. Estas informações afectam o comportamento dos outros para conosco e o nosso comportamento para com eles. Assim, é possível através das expectativas prever o comportamento e as atitudes do outro, influenciando assim o nosso comportamento e vice-versa. A fase em que as expectativas moldam mais o comportamento é na infância pois as crianças aprendem tudo por observação. As atitudes são propensões para responder de forma positiva ou negativa a um objecto social (situação, objectos, pessoas). As atitudes não se podem observar directamente, são o que está por detrás e o que explica o comportamento, ou seja, observando os comportamentos podemos descobrir as atitudes e conhecendo essas atitudes poderemos prever comportamentos. Através de experiências vividas é possível mudar de atitudes,

bem como através dos meios de comunicação. As representações sociais são uma maneira de conhecimento também chamada de senso comum. Estas representações sociais são compostas por modelos sociais e culturais de um determinado grupo ou de uma determinada época e são aceites colectivamente. As representações sociais podem gerar preconceitos, porém, permitem às pessoas pertencentes a um grupo compreenderem-se e comunicarem entre si, tornando-se indispensáveis nas relações humanas.

Assim, é possível relacionar as relações interpessoais com a vinculação. Existem diferenças individuais entre a vinculação insegura evitante e a vinculação insegura ambivalente que são importantes para compreender a grande variedade de reacções e comportamento interpessoais. Pessoas com vinculação insegura evitante demonstraram baixos níveis de satisfação, intimidade, comportamento de suporte e emoções positivas em comparação com as pessoas de vinculação mais seguras. Também é verificado nas pessoas de vinculação insegura evitante que têm maiores níveis de emoções negativas como por exemplo a tensão (Tildwell, Reis e Shaver, 1996; Kefetsios e Nazlek, 2002). Estudos também demonstram que comparando com pessoas menos ansiosas, as pessoas com maior resultados de vinculação de ansiedade, têm mais experiências emocionais negativas e tendem a ter mais frequentemente sentimentos de rejeição durante as interacções diárias. Também existem evidências que ambos os estilos de vinculação insegura são associados a padrões de comunicação menos construtivos e sensíveis (Guerrero, 1996) e menos tentativas eficazes de resolver conflitos relacionais (Scharfe e Bartholomew, 1995).

Relações inseguras também estão associadas a reacções negativas como ofensas interpessoais, assim como pessoas relativamente seguras tendem a reagir com agressividade construtiva e funcional. Pessoas, inseguras tendem a exibir a raiva de forma mais destrutiva como a hostilidade ou o criticismo vingativo (Simpson, Rholls e Phillips, 1996). Além disto, pessoas mais evitantes tendem a ter mais dificuldade a perdoar um parceiro que as magoe e tem mais facilidade de se afastar ou procurar vingança (Mikulincer, Shaver e Slav, 2006). Mikulincer (2006) defende que pessoas mais evitantes se sentem menos gratas do que pessoas menos evitantes durante interacções em que um individuo se relacionou positivamente com ela. As pessoas com vinculação segura têm tendência a ter um elevado nível de empatia e compaixão por

alguém que está a sofrer ou a passar por grandes esforços (Mikulincer, Shaver, Guillath e Nitzberg, 2005).

### **Objectivos de Estudo e Hipóteses de Investigação**

A investigação sobre os Life Scripts, tal como já foi referido, é muito recente. Em Portugal, este estudo é pioneiro nesta área do conhecimento.

Esta investigação tem como objectivo estudar as características dos Life Scripts na população portuguesa. Existem alguns estudos internacionais sobre os Life Scripts, porém, torna-se fundamental conhecer os scripts da população portuguesa uma vez que estes mudam de cultura para cultura. Sendo este o primeiro estudo realizado em Portugal sobre os Life Scripts foi também objectivo relacionar os Life Scripts com o maior número de variáveis possíveis.

Com os objectivos definidos e com base na literatura recolhida as hipóteses levantadas para esta investigação foram:

**H1** - Indivíduos com resultados mais elevados no Inventário de Depressão de Beck (BDI) evocam mais scripts de valência negativa;

**H2** - Existem diferenças significativas na evocação de scripts em relação ao género;

**H3** - Existem diferenças significativas na evocação de scripts tendo em conta as subescalas da Escala de Vinculação do Adulto (EVA) analisadas;

**H4** - As categorias avaliadas como mais positivas são significativamente mais prevalentes do que as categorias avaliadas como negativas;

**H5** - As categorias avaliadas como mais positivas são significativamente mais importantes que as negativas;

**H6** - Existe uma associação entre os scripts evocados e aos problemas interpessoais.

## **Método**

### **Participantes**

A amostra foi constituída por 82 sujeitos (52 do género feminino e 30 do género masculino), dos quais 62 têm o ensino superior, 18 o 12ºano e 3 o 9ºano. Dos 82 sujeitos, 36 são especialistas das profissões intelectuais e científicas, 18 são estudantes, 16 técnicos profissionais de nível intermédio e os restantes 12 sujeitos têm uma outra profissão ou estão desempregados. Têm entre 18 a 79 anos, sendo a média de 36,34 anos de idade (DP =14,308). Na sua maioria são solteiros (45 sujeitos) e não têm filhos (45 sujeitos). Todos os inquiridos são de nacionalidade Portuguesa.

TABELA 1

*Mínimo, Máximo, Média e Desvio-Padrão obtidos pelos sujeitos na Idade*

	<b>N</b>	<b>Mínimo</b>	<b>Máximo</b>	<b>Média</b>	<b>Desvio Padrão</b>
<b>Idade</b>	82	18	79	36.34	14,308

TABELA 2

*Frequência e Percentagem obtida pelos sujeitos no Género, Estado Civil, Filhos, Profissão e Habilitações literárias*

		<b>Frequência</b>	<b>Percentagem</b>
<b>Género</b>	Feminino	52	63,4
	Masculino	30	36,6
<b>Estado Civil</b>	Solteiro	45	54,9
	Casado	30	36,6
	Divorciado	7	8,5
<b>Filhos</b>	Sim	37	45,1
	Não	45	54,9
<b>Profissão</b>	Cargos superiores e dirigentes	3	3,7
	Especialistas	36	43,9
	Técnicos e prof. intermédios	16	19,5
	Pessoal administrativo	1	1,2
	Pessoal de serviços e vendedores	2	2,4
	Trab. não qualificados	1	1,2
	Estudantes ou domésticas	18	22,0
	Desempregados	5	6,1
<b>Hab. Literárias</b>	9º Ano	2	2,4
	12º Ano	18	22,0
	Ensino Superior	62	75,6

## **Instrumentos**

### *Questionário Sócio-Demográfico*

Este questionário é de auto-preenchimento e foi construído para descrever variáveis sócio-demográficas da amostra como: idade, profissão (que foi categorizada pela classificação nacional das profissões), género, estado civil, número de filhos, habilitações literárias, concelho de residência e nacionalidade. Questionário em anexo (Anexo B)

### *Inventário de Depressão de Beck (BDI)*

Este inventário de auto-preenchimento foi desenvolvido por Beck, Ward, Mendelson, Mock e Erbaugh (1961), permite avaliar de forma subjectiva a severidade da

sintomatologia depressiva. É constituído por 21 itens em que o indivíduo deve escolher, de entre quatro afirmações, a que melhor descreve a forma como se sentiu na última semana incluindo o dia em que preenche o questionário. A cotação destas afirmações varia entre 0 e 3 (Inexistente a Grave), sendo o resultado final obtido através de um somatório. O resultado total varia entre 0 e 63.

Beck e Beamesderfer (1974, citados por Cláudio, 2004), discriminaram a severidade da depressão em depressão ligeira (para resultados entre 4 e 13), depressão média (para resultados entre 14 e 20) e depressão severa (para resultados superiores a 21). Neste caso foi adoptada uma linha de corte para resultados inferiores a 13 considerados sem depressão ou com depressão ligeira, e iguais ou superiores a 13 com depressão. Foi utilizada a versão portuguesa deste inventário que foi testada e corrigida numa população de 1500 estudantes do ensino superior em 1990 (Cláudio, 2004). Inventário em Anexo (Anexo C).

#### *Eventos e Questionário dos Eventos dos Scripts de Vida*

Este questionário foi desenvolvido por Berntsen e Rubin (2004) que sugerem que cada participante escreva os sete eventos mais importantes que julgam acontecer na vida de um recém-nascido do seu próprio género. Utilizámos uma tradução de Balola e Cláudio realizada em 2013, não publicada.

As instruções para os Eventos dos Scripts de Vida seguidas foram as mesmas utilizadas por Berntsen e Rubin (2004): *“Este estudo lida com as nossas expectativas para um curso de vida normal dentro da nossa cultura. A sua tarefa é decidir quais os eventos esperados num curso de vida normal. Deve portanto, não pensar sobre a sua própria vida pessoal ao responder às perguntas, mas num protótipo vida. Não existem respostas certas ou erradas. Estamos interessados na sua intuição sobre essas questões. Imagine uma criança bastante comum do seu próprio sexo. Não pode ser uma criança específica que conheça, mas uma criança protótipo na nossa cultura, com uma vida bastante comum à sua frente. A sua tarefa é escrever os sete eventos mais importantes que imagina serem mais propensos a ocorrer neste protótipo de vida da criança, desde o nascimento até à morte. Escreva os eventos pela ordem que chegam ao seu pensamento. Dê a cada evento um título curto que especifica o seu conteúdo.”*

De seguida encontra-se um questionário com quatro questões para cada um dos sete eventos dos scripts de vida. As instruções eram: *“Por favor, responda às perguntas*

*abaixo para cada um dos sete eventos que escolheu como mais prováveis num curso de vida normal. Para cada evento, será solicitado para estimar sua frequência, importância, e o conteúdo emocional do evento. Também será solicitado que estime qual a idade que cada evento é esperado ocorrer em um curso de vida normal. Mais uma vez: não há respostas certas ou erradas. Use sua intuição e responda o melhor que pode. Se está muitas dúvidas, dê o seu melhor palpite”.* As questões apresentadas no questionário incidem sobre a prevalência, importância, idade no evento e valência devendo ser preenchido para cada evento apresentado pelo sujeito. Escala em anexo (ver Anexo D).

#### *Escala de Vinculação do Adulto (EVA)*

A escala de vinculação do adulto é uma adaptação da Adult Attachment Scale (Collins & Read, 1990) para a população portuguesa realizada por Canavarro, Dias e Lima em 2006. Esta escala tem como objectivo analisar as três dimensões da vinculação: Ansiedade, Confiança nos Outros e Conforto com a Proximidade. A Ansiedade diz respeito ao grau de ansiedade sentido pelo indivíduo e está relacionado com questões interpessoais de receio de abandono ou de não ser desejado. A Confiança nos outros refere-se ao grau de confiança que os sujeitos têm nos outros, assim como na disponibilidade destes quando sentida como necessária. Por último, o Conforto com a Proximidade, baseia-se no grau com que o indivíduo se sente confortável com a proximidade e a intimidade (Canavarro, Dias, & Lima, 2006). A escala é composta por 18 itens tendo cada dimensão 6 itens. É uma escala de auto-preenchimento em que o sujeito deve assinalar como se sente nas relações afectivas que estabelece através de uma escala tipo Likert de cinco pontos que varia entre 1 (Nada característico em mim) e 5 (Extremamente característico em mim). O resultado total de cada dimensão é calculado através da média dos 6 itens que o compõem. Escala em anexo (Anexo E).

#### *Inventário de Problemas Interpessoais (IIP-64)*

O IIP-64 é constituído por 64 itens com o objectivo de determinar quais as causas do sofrimento interpessoal. No inventário é solicitado ao sujeito que avalie uma variedade de problemas interpessoais que podem causar angústia. Os itens estão divididos em duas partes: Parte 1 – aspectos que considera difíceis de fazer com as pessoas; Parte 2 – aspectos que faz em demasia. Os itens do primeiro grupo começam com a frase “é

*difícil para mim*” enquanto que os itens do segundo grupo implicam a palavra “*demasiado*” nas frases. O sujeito avalia cada item numa escala tipo Likert que varia entre 0 (de forma alguma) e 4 (extremamente) sobre de que forma se sente perturbado em relação ao item. O Inventário é composto por 8 subescalas cada uma com 8 itens: Autoritário/Controlador, Vindicador/Egocêntrico, Frio/Distante, Socialmente inibido, Não assertivo, Excessivamente acomodado, Auto-Sacrifício e Intrusivo/Carente. Os resultados são obtidos através da média total e das diferentes subescalas. Utilizámos uma tradução de Paulo Machado e João Salgado que se encontra a ser aferida à população portuguesa. Inventário em anexo (Anexo F).

## **Procedimento**

Estudantes de várias universidades portuguesas, Instituto Superior Técnico, o Instituto Superior de Ciências da Saúde Egas Moniz e Instituto Superior de Economia e Gestão, foram convidados a participar neste estudo, bem como indivíduos de algumas instituições, como professores e médicos.

Foram marcadas sessões individuais e de grupo onde foi esclarecido a todos os participantes o objectivo de estudo, garantindo sempre a confidencialidade e explicando que poderiam desistir do estudo a qualquer momento. Inicialmente os participantes teriam que assinar o consentimento informado (Anexo A) respondendo aos questionários de seguida pela seguinte ordem: Questionário Socio-Demográfico, Inventário de Beck (BDI), Questionário Life Scripts (composto por Eventos Scripts de Vida e Questionário dos Eventos dos Scripts de Vida), Escala de Vinculação (EVA) e Inventário de Problemas Interpessoais (IIP-64).

A análise estatística dos dados foi realizada através do programa estatístico IBM SPSS Statistics versão 22.0.

## **Delineamento**

Este é um estudo observacional-descritivo e de carácter transversal. A amostra é uma amostra por conveniência.

## Resultados

### Variáveis Demográficas

Dos 82 indivíduos presentes no estudo, 52 (63,4%) são do gênero Feminino e 29 (36,6%) são do gênero Masculino.

TABELA 3

*Frequência, Percentagem, Percentagem Válida e Percentagem Acumulada obtida pelos sujeitos no Gênero*

	Frequência	Percentagem	Percentagem Válida	Percentagem Acumulada
<b>Feminino</b>	52	63,4	63,4	63,4
<b>Masculino</b>	30	36,6	36,6	100,0
Total	82	100,0	100,0	

Tabela 1: Frequências da variável Gênero

Relativamente à idade dos indivíduos, estas estão compreendidas entre os 18 (mínimo) e os 79 (máximo) anos, sendo a média de idade dos participantes de 36,34. Foram criadas 4 classes etárias após a visualização dos percentis (P25 correspondeu a 24 anos; o P50 é 33 anos e o P75 é 49 anos).

TABELA 4

*Média, Mediana, Moda, Mínimo, Máximo e Percentis obtidos pelos sujeitos na Idade*

Média	36,34
Mediana	33
Moda	24
Mínimo	18
Máximo	79

	25	24
Percentis	50	33
	75	49

Dos 82 indivíduos presentes no estudo, 45 (54,9%) são Solteiros; 30 (36,6%) são Casados e 7 (8,5%) são Divorciados.

TABELA 5

*Frequência, Percentagem, Percentagem Válida e Percentagem Acumulada obtida pelos sujeitos no Estado Civil*

	Frequência	Percentagem	Percentagem Válida	Percentagem Acumulada
Solteiro	45	54,9	54,9	54,9
Casado	30	36,6	36,6	91,5
Divorciado	7	8,5	8,5	100,0
Total	82	100,0	100,0	

Dos 82 indivíduos presentes no estudo, 37 (45,1%) indivíduos têm filhos e 45 (54,9%) indivíduos não têm filhos.

TABELA 6

*Frequência, Percentagem, Percentagem Válida e Percentagem Acumulada obtida pelos sujeitos na variável Filhos*

	Frequência	Percentagem	Percentagem Válida	Percentagem Acumulada
<b>Sim</b>	37	45,1	45,1	45,1
<b>Não</b>	45	54,9	54,9	100,0
Total	82	100,0	100,0	

Através da Tabela 6, podem analisar-se as categorias existentes na nossa amostra através dos 82 questionários recolhidos. Para se construir uma categoria é necessário ter três ou mais participantes a evocarem o mesmo Script. As 43 Categorias foram criadas o mais próximo possível das próprias palavras dos sujeitos, e por estas razões há, por exemplo, três categorias relacionadas com a morte: própria morte, morte do pai ou mãe e morte de um familiar, ou os sujeitos distinguem o primeiro dia de escola e a escola.

As 43 Categorias encontradas foram: POR POR ORDEM Próprio Nascimento, Casamento, Construir Família, 1º dia de Escola, Escola, Velhice, Ter Filhos, Aprender a Gatinhar e a Andar, Aprender a Falar, Namorar, Entrar e Frequentar um Curso Superior, 1º Emprego, Terminar o Ensino Superior, Ter Netos, Própria Morte, Morte do Pai ou Mãe, Morte de um Familiar, Sair de Casa dos Pais, Comprar Casa, Baptismo, Infância,

Adolescência, Fazer e Ter Amigos, Viajar, Realização Profissional, Família Estruturada, Ter Saúde, Alcançar a Felicidade, Carta de Condução, Realização Pessoal, Ensino Secundário, Vida Adulta, Iniciar a Vida Sexual, Aprendizagens, Hobbies, Frequentar o Ensino Primário, Crescimento, Cuidado Materno, Diversão, Ter Sucesso, Educação dos Filhos, Saída dos Filhos de Casa e Outros. A Categoria “Outros” é composta por todos os outros Scripts que só foram evocadas por um ou dois participantes.

Nesta amostra são evocados 33 Scripts que não compõem uma categoria. Alguns sujeitos evocaram mais do que um Script inserido na categoria “Outros”. Destes 33 Scripts evocados quatro foram evocados por dois sujeitos: 1ª comunhão, Aniversários Significativos, Ter irmãos e Desenvolvimento Cultural. Os outros 29 Scripts foram evocados por apenas uma pessoa: relacionar-se com os outros; primeiro desgosto amoroso; ausência de amor, atenção, presença; relação entre a família mais próxima; maior de idade; menarca; amor pelos filhos; dia de reconhecimento de sucesso escolar; crisma, ser castigado, perda de amigos/morte de amigos; ser honesta; lutar pelos nossos ideais; mudar o que está errado sem fraquejar; filhos com emprego bem remunerado; criação de novos amigos; a primeira asneira; ter alguma crença/fé; animal de estimação; separação dos pais; a primeira mesada; viver a vida; independência; estabilidade financeira; actividades familiares e protecção familiar.

Através da Tabela 6 podemos verificar que temos um total de 571 Scripts evocados (seriam esperados de 82 sujeitos 574 eventos, porém, um dos sujeitos respondeu apenas 4 Scripts de vida em vez dos 7 pedidos) e que as primeiras dez categorias dizem respeito ao contexto familiar, de crescimento, de trabalho e aspectos relacionados com o próprio.

É possível esperar-se que a lista de Eventos de Life Scripts reflecta os eventos de vida mais comuns e mais importantes na cultura portuguesa. Para que esta expectativa seja válida é esperada uma sobreposição entre a ordem de classificação na Tabela 1 e outras ordens de classificação baseadas na prevalência e na importância. Porém, quando a lista dos 42 eventos é organizada pela prevalência os 10 Life Scripts mais prevalentes foram: Iniciar a vida sexual; Próprio Nascimento; Aprender a Gatinhar e a Andar; Aprender a Falar, Morte de um Familiar; Diversão; Frequentar o Ensino Primário; Adolescência; Crescimento e Saída dos filhos de casa. Assim, quando a lista é ordenada pela prevalência apenas um dos Life Scripts se encontra nos dez Life Scripts mais evocados (próprio nascimento). Do mesmo modo, quando organizamos a lista dos dez

Life Scripts pela Importância apenas dois dos Life Scripts se encontram nos dez mais evocados (primeiro emprego e velhice), sendo a ordem de importância a seguinte: Carta de Condução; Família Estruturada; Viajar; Realização Pessoal; Ter Saúde; Comprar Casa; Velhice; Batismo; Ensino Secundário e 1º Emprego. Isto mostra que a frequência com que os eventos foram recordados foi moldada por outros critérios além da prevalência e da importância.

TABELA 7

*Frequência, Média e Desvio Padrão da descrição dos Scripts evocados, incluindo a Prevalência, Importância, Idade Esperada e Valência*

Categoria	N	Prevalência		Importância		Idade Esperada		Valência	
		M	SD	M	SD	M	SD	M	SD
Ter Filhos	52	76,70	14,42	6,69	0,73	27,10	6,99	2,81	0,60
Casamento	47	70,80	20,85	6,28	1,16	25,24	3,70	2,51	0,86
1º Emprego	41	80,85	24,15	6,56	0,67	21,13	2,87	2,22	1,08
Namorar	33	87,84	20,10	6,55	0,75	15,15	2,90	2,67	0,69
Entrar e Frequentar um curso superior	28	56,48	21,43	6,36	1,03	17,52	2,16	2,43	0,79
Escola	27	85,62	23,31	6,78	0,42	6,67	4,52	2,56	0,93
Fazer e ter Amigos	24	84,08	23,05	6,75	0,61	6,67	5,09	2,83	0,48
Próprio Nascimento	20	99,75	1,12	6,70	1,13	0,25	1,12	2,90	0,31
Realização Profissional	20	45,79	21,62	6,70	0,66	26,10	10,16	3,00	0,00
Velhice	19	72,17	25,90	6,63	0,68	63,53	10,44	1,42	2,09
1º Dia de Escola	19	92,74	17,99	6,53	0,77	4,83	1,72	2,32	1,38
Constituir Família	17	79,71	18,41	6,59	0,71	21,60	8,65	2,65	0,79
Terminar o Ensino Superior	14	68,21	17,72	6,71	0,61	19,69	4,25	2,36	1,15
Infância	13	89,09	22,89	6,69	0,86	2,55	2,73	2,69	0,86
Adolescência	13	97,50	7,23	6,46	0,78	14,00	1,65	2,00	1,16
Realização Pessoal	13	57,27	27,60	6,69	1,11	24,00	20,51	3,00	0,00
Própria Morte	12	95,45	12,14	6,33	1,78	70,00	23,84	-0,50	2,39
Viajar	10	70,00	28,28	6,10	1,10	17,00	3,62	2,60	0,97
Aprender a Gatinhar e a Andar	9	99,67	0,71	6,67	1,00	1,22	0,44	3,00	0,00
Morte de um Familiar	9	98,67	3,28	6,67	0,71	21,56	13,19	-2,11	1,97
Ter Netos	8	70,00	21,88	6,75	0,46	47,63	5,53	2,88	0,35
Sair de casa dos pais	6	83,17	19,50	6,33	0,52	23,67	2,58	2,50	0,84
Ensino Secundário	6	56,67	24,43	6,67	0,52	17,33	1,03	2,83	0,41
Iniciar a vida sexual	6	99,83	0,41	6,00	1,10	15,83	1,84	2,50	0,55
Aprendizagens	6	93,17	10,21	7,00	0,00	4,00	2,19	3,00	0,00
Frequentar o Ensino Primário	6	98,17	4,02	6,83	0,41	5,83	0,75	2,17	1,60
Morte do Pai ou Mãe	5	95,60	5,18	6,20	0,84	31,00	10,84	-0,20	2,78
Cuidado Materno	5	80,00	12,75	7,00	0,00	4,80	2,78	1,80	2,68
Educação dos Filhos	5	72,50	22,17	6,20	1,30	30,60	24,87	1,40	2,61
Comprar casa	4	77,25	26,02	6,50	1,00	25,50	3,32	2,75	0,50
Família Estruturada	4	65,00	40,42	7,00	0,00	6,67	7,02	3,00	0,00
Alcançar a felicidade	4	60,00	8,17	7,00	0,00	27,67	21,13	3,00	0,00
Carta de Condução	4	71,50	43,21	9,25	5,85	13,75	7,23	1,75	1,26
Vida Adulta	4	93,33	11,55	6,00	1,41	33,25	24,68	2,25	1,50
Crescimento	4	97,50	5,00	7,00	0,00	1,25	2,50	2,75	0,50
Aprender a Falar	3	99,67	0,58	7,00	0,00	1,67	0,58	3,00	0,00
Batismo	3	73,33	25,17	7,00	0,00	0,00	0,00	3,00	0,00
Ter Saúde	3	70,00	26,46	7,00	0,00	0,67	0,58	3,00	0,00
Hobbies	3	82,67	16,17	6,00	1,73	5,67	2,52	2,33	1,16
Diversão	3	98,33	2,89	6,33	1,16	13,00	2,65	2,67	0,58
Ter Sucesso	3	50,00	10,00	6,33	0,58	23,33	5,77	2,67	0,58
Saída dos filhos de casa	3	95,67	5,77	7,00	0,00	41,00	13,89	-0,33	0,58
Outros	33	75,04	21,33	6,54	0,81	14,32	11,77	1,92	2,00
<b>Total</b>	<b>571</b>	<b>80,62</b>	<b>10,38</b>	<b>6,66</b>	<b>0,92</b>	<b>18,75</b>	<b>7,00</b>	<b>2,23</b>	<b>0,79</b>

Dos 42 eventos apenas quatro eventos foram classificados, em média, como negativos pelos sujeitos: morte de um familiar (M = -2,11, DP = 1,97), saída dos filhos de casa (M = -0,33, DP = 0,58), morte do pai ou mãe (M = -0,2, DP = 2,78) e própria morte (M = -0,05, DP = 2,39).

Para fazer uma análise mais geral dos Life Scripts criaram-se cinco grandes subcategorias de Scripts evocados: 1) Família, 2) Crescimento, 3) Trabalho/Educação, 4) Aspectos relacionados com o próprio e 5) Outros. Na Tabela 7 é possível verificar como foram as 43 Categorias dos Life Scripts divididas por estas 5 subcategorias e na Figura 1 verifica-se o número de Life Scripts evocados em cada subcategoria.

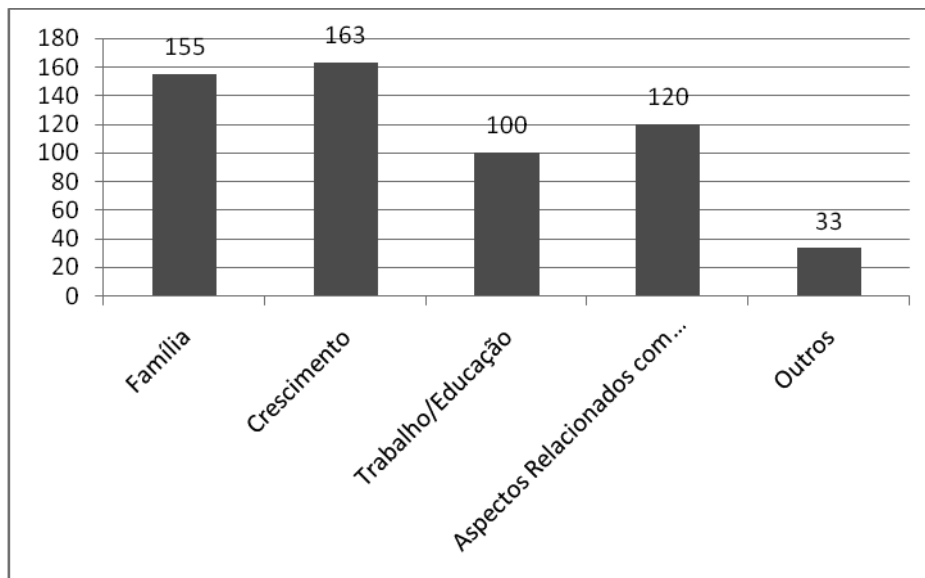
TABELA 8

*Caracterização dos 43 Scripts evocados organizados por Categorias*

<b>Família</b>	<b>Crescimento</b>	<b>Trabalho/Educação</b>	<b>Aspectos Relacionados com o Próprio</b>	<b>Outros</b>
Casamento	Aprender a Gatinha e a Andar	1º Dia de Escola	Próprio Nascimento	Outros
Constituir Família	Aprender a Falar	Escola	Velhice	
Ter Filhos	Namorar	Entrar e Frequentar um curso superior	Própria Morte	
Ter Netos	1º Emprego	Terminar o Ensino Superior	Viajar	
Morte do Pai ou Mãe	Sair de casa dos pais	Ensino Secundário	Realização Profissional	
Morte de um Familiar	Comprar casa	Frequentar o Ensino Primário	Alcançar a felicidade	
Família Estruturada	Batismo		Ter Saúde	
Cuidado Materno	Infância		Carta de Condução	
Educação dos Filhos	Adolescência		Realização Pessoal	
Saída dos filhos de casa	Fazer e ter Amigos		Iniciar a vida sexual	
	Vida Adulta		Hobbies	
	Aprendizagens		Diversão	
	Crescimento		Ter Sucesso	

FIGURA 1

*Frequência dos Life Scripts evocados em cada Categoria*



### **Hipótese I**

#### **Normalidade**

O pressuposto da normalidade não foi validado na variável CAT Valência através do teste Shapiro-Wilk ( $p = 0,025$  para o grupo Com Depressão) e do teste Kolmogorov-Smirnov ( $p < 0,001$  para o grupo Sem Depressão), uma vez que apresentam um valor inferior a 0,05. Assim sendo, esta variável não tem uma distribuição normal para todas as populações. Deste modo, vai-se calcular o teste de Levene (Homogeneidade de Variâncias) através da mediana (based on median) segundo Maroco, (2010).

TABELA 9

*Normalidade da Valência com o BDI*

	BDI	Kolmogorov-Smirnova			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
CAT_ValênciaTotal	Sem Depressão	,234	74	,000	,785	74	,000
	Com Depressão	,223	8	,200*	,795	8	,025

\*. Este é um limite inferior do verdadeiro significado.

**Homogeneidade de Variâncias**

Relativamente ao teste de Homogeneidade de variância a variável CAT Valência ( $p$ -value (based on median) = 0,758 >  $\alpha = 0,05$ ) apresentam um  $p$ -value superior a, logo não rejeitamos  $H_0$  verificando-se homocedasticidade.

Deste modo, o efeito da variável BDI ao nível da variável CAT Valência foi analisado através de um teste paramétrico ( $t$ -student), depois de ter sido verificado e validado o pressuposto da homogeneidade. O teste paramétrico  $t$ -student permite comparar duas populações de onde foram extraídas amostras independentes face ao CAT Valência (Maroco, 2010).

TABELA 10

*Teste de Levene na Valência*

		Levene	df1	df2	Sig.
	Com base na Média	,445	1	80	,506
	Com base na Mediana	,095	1	80	,758
CAT_ValênciaTotal	Com base na Mediana e df ajustado	,095	1	79,449	,758
	Com base na Média aparada	,281	1	80	,597

**Teste Paramétrico ( $t$ -student)**

Dos 82 participantes foram identificados 74 sujeitos Com Depressão e 8 sujeitos Sem Depressão. Em relação à estatística descritiva, constata-se que o valor médio do

CAT Valência no grupo Com Depressão ( $\mu = 2,428$ ) é superior ao valor médio do grupo Sem Depressão ( $\mu = 2,339$ ). O resultado do desvio padrão demonstrou que existe uma variabilidade de respostas muito semelhante em ambas as populações.

De acordo com o teste *t-student* as diferenças observadas entre o CAT Valência e os dois grupos (0 - Sem Depressão; 1 - Com Depressão) não é estatisticamente significativo ( $t(80) = 0,295$ ;  $p = 0,768$ ) i.e., tanto o Grupo Com Depressão e Grupo Sem Depressão não apresentam diferenças significativas face ao CAT Valência (aceita-se a  $H_0$ ).

TABELA 11

*Média, Desvio Padrão e Std. Erro Média entre a valência dos sujeitos com alto e baixo score no BDI*

	<b>BDI</b>	N	Média	Desvio Padrão	Std. Erro Médio
<b>CAT_ValênciaTotal</b>	Com Depressão	8	2,4286	,72442	,25612
	Sem Depressão	74	2,3399	,81382	,09460

TABELA 12

*Teste t-student para igualdade de médias na variável valência*

		Teste de Levene para Igualdade de Variâncias		Igualdade de medias para o t-student						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Diferença de Médias	Std. Erro Médio	95% de Diferença no Intervalo de Confiança	
									Inferior	Superior
<b>CAT_ValênciaTotal</b>	Igualdade de variâncias assumida	,445	,506	,295	80	,768	,08867	,30012	-,50858	,68593
	Igualdade de variâncias não assumida			,325	9,024	,753	,08867	,27303	-,52872	,70607

## **Hipótese II**

### **Normalidade**

#### **CAT Família**

O pressuposto da normalidade não foi validado na variável CAT Família através do teste Shapiro-Wilk ( $p = 0,003$  para o grupo Masculino) e do teste Kolmogorov-Smirnov ( $p < 0,001$  para o grupo Feminino), uma vez que apresentam um valor inferior a 0,05. Assim sendo, esta variável não tem uma distribuição normal para todas as populações. Deste modo, vai-se calcular o teste de Levene (Homogeneidade de Variâncias) através da mediana (based on median) segundo Maroco, (2010).

### **CAT Crescimento**

O pressuposto da normalidade não foi validado na variável CAT Crescimento uma vez que o teste Kolmogorov-Smirnov ( $p < 0,001$  para o grupo Feminino), apresenta um valor inferior a 0,05. Assim sendo, esta variável não tem uma distribuição normal para todas as populações. Deste modo, vai-se calcular o teste de Levene (Homogeneidade de Variâncias) através da mediana (based on median) segundo Maroco, (2010).

### **CAT Educação Escola**

O pressuposto da normalidade não foi validado na variável CAT Educação Escola através do teste Shapiro-Wilk ( $p < 0,001$  para o grupo Masculino) e do teste Kolmogorov-Smirnov ( $p < 0,001$  para o grupo Feminino), uma vez que apresentam um valor inferior a 0,05. Assim sendo, esta variável não tem uma distribuição normal para todas as populações. Deste modo, vai-se calcular o teste de Levene (Homogeneidade de Variâncias) através da mediana (based on median) segundo Maroco, (2010).

### **CAT Aspectos Relacionados com Próprio**

O pressuposto da normalidade não foi validado na variável CAT Aspectos Relacionados com Próprio através do teste Shapiro-Wilk ( $p < 0,001$  para o grupo Masculino) e do teste Kolmogorov-Smirnov ( $p < 0,001$  para o grupo Feminino), uma vez que apresentam um valor inferior a 0,05. Assim sendo, esta variável não tem uma distribuição normal para todas as populações. Deste modo, vai-se calcular o teste de Levene (Homogeneidade de Variâncias) através da mediana (based on median) segundo Maroco, (2010).

### **CAT Outros**

O pressuposto da normalidade não foi validado na variável CAT Outros através do teste Shapiro-Wilk ( $p < 0,001$  para o grupo Masculino) e do teste Kolmogorov-Smirnov ( $p < 0,001$  para o grupo Feminino), uma vez que apresentam um valor inferior a 0,05. Assim sendo, esta variável não tem uma distribuição normal para todas as populações. Deste modo, vai-se calcular o teste de Levene (Homogeneidade de Variâncias) através da mediana (based on median) segundo Maroco, (2010).

TABELA 13

*Normalidade das Categorias com o Género*

	Género	Kolmogorov-Smirnova			Shapiro-Wilk		
		Estatística	df	Sig.	Estatística	df	Sig.
CAT_Família	feminino	,176	52	,000	,912	52	,001
	masculino	,234	30	,000	,883	30	,003
CAT_Crescimento	feminino	,164	52	,001	,922	52	,002
	masculino	,155	30	,064	,937	30	,075
CAT_Educação_Escola	feminino	,241	52	,000	,833	52	,000
	masculino	,321	30	,000	,819	30	,000
CAT_AspectosRelacionadosPróprio	feminino	,281	52	,000	,868	52	,000
	masculino	,231	30	,000	,882	30	,003
Outros	feminino	,414	52	,000	,563	52	,000
	masculino	,372	30	,000	,661	30	,000

**Homogeneidade de Variâncias****CAT Família**

Relativamente ao teste de Homogeneidade de variância a variável CAT Família ( $p$ -value (based on median) = 0,254 >  $\alpha$  = 0,05) apresentam um  $p$ -value superior a logo não rejeitamos  $H_0$  verificando-se homocedasticidade.

Deste modo, o efeito da variável Género ao nível da variável CAT Família foi analisado através de um teste paramétrico ( $t$ -student), depois de ter sido verificado e validado o pressuposto da homogeneidade. O teste paramétrico  $t$ -student permite comparar duas populações de onde foram extraídas amostras independentes face ao CAT Família (Maroco, 2010).

**CAT Crescimento**

Relativamente ao teste de Homogeneidade de variância a variável CAT Crescimento ( $p$ -value (based on median) = 0,690 >  $\alpha$  = 0,05) apresentam um  $p$ -value superior a logo não rejeitamos  $H_0$  verificando-se homocedasticidade.

Deste modo, o efeito da variável Género ao nível da variável CAT Crescimento foi analisado através de um teste paramétrico ( $t$ -student), depois de ter sido verificado e

validado o pressuposto da homogeneidade. O teste paramétrico *t-student* permite comparar duas populações de onde foram extraídas amostras independentes face ao CAT Crescimento (Maroco, 2010).

### **CAT Educação Escola**

Relativamente ao teste de Homogeneidade de variância a variável CAT Educação Escola (*p-value* (based on median) = 0,874 >  $\alpha = 0,05$ ) apresentam um *p-value* superior a logo não rejeitamos  $H_0$  verificando-se homocedasticidade.

Deste modo, o efeito da variável Género ao nível da variável CAT Educação Escola foi analisado através de um teste paramétrico (*t-student*), depois de ter sido verificado e validado o pressuposto da homogeneidade. O teste paramétrico *t-student* permite comparar duas populações de onde foram extraídas amostras independentes face ao CAT Crescimento (Maroco, 2010).

### **CAT Aspectos Relacionados com o Próprio**

Relativamente ao teste de Homogeneidade de variância a variável CAT Aspectos Relacionados com Próprio (*p-value* (based on median) = 0,694 >  $\alpha = 0,05$ ) apresentam um *p-value* superior a logo não rejeitamos  $H_0$  verificando-se homocedasticidade.

Deste modo, o efeito da variável Género ao nível da variável CAT Educação Escola foi analisado através de um teste paramétrico (*t-student*), depois de ter sido verificado e validado o pressuposto da homogeneidade. O teste paramétrico *t-student* permite comparar duas populações de onde foram extraídas amostras independentes face ao CAT Aspectos Relacionados com o Próprio (Maroco, 2010).

### **CAT Outros**

Relativamente ao teste de Homogeneidade de variância a variável CAT Outros (*p-value* (based on median) = 0,531 >  $\alpha = 0,05$ ) apresentam um *p-value* superior a logo não rejeitamos  $H_0$  verificando-se homocedasticidade.

Deste modo, o efeito da variável Género ao nível da variável CAT Outros foi analisado através de um teste paramétrico (*t-student*), depois de ter sido verificado e validado o pressuposto da homogeneidade. O teste paramétrico *t-student* permite

comparar duas populações de onde foram extraídas amostras independentes face ao CAT Aspectos Relacionados com o Próprio (Maroco, 2010).

TABELA 14

*Teste t-student para igualdade de médias nas Categorias*

		Levene	df1	df2	Sig.
<b>CAT_Família</b>	Com base na Média	,664	1	80	,417
	Com base na Mediana	1,320	1	80	,254
	Com base na Mediana e df ajustado	1,320	1	79,980	,254
	Com base na Média aparada	,633	1	80	,429
<b>CAT_Crescimento</b>	Com base na Média	,182	1	80	,671
	Com base na Mediana	,160	1	80	,690
	Com base na Mediana e df ajustado	,160	1	79,328	,690
	Com base na Média aparada	,111	1	80	,739
<b>CAT_Educação_Escola</b>	Com base na Média	,127	1	80	,723
	Com base na Mediana	,025	1	80	,874
	Com base na Mediana e df ajustado	,025	1	70,467	,874
	Com base na Média aparada	,000	1	80	,995
<b>CAT_AspectosRelacionadosPróprio</b>	Com base na Média	1,420	1	80	,237
	Com base na Mediana	,156	1	80	,694
	Com base na Mediana e df ajustado	,156	1	76,328	,694
	Com base na Média aparada	1,055	1	80	,307
<b>Outros</b>	Com base na Média	,514	1	80	,475
	Com base na Mediana	,395	1	80	,531
	Com base na Mediana e df ajustado	,395	1	79,713	,531
	Com base na Média aparada	,624	1	80	,432

### **Teste Paramétrico (T-student)**

#### **CAT Família**

Dos 82 participantes foram identificados 52 sujeitos do género Feminino e 30 sujeitos género Masculino. Em relação à estatística descritiva, constata-se que o valor médio do CAT Família no grupo no grupo Feminino ( $\mu = 2$ ) é superior ao valor médio

do grupo Masculino ( $\mu = 1,7$ ). O resultado do desvio padrão demonstrou que existe uma variabilidade de respostas no grupo Feminino em comparação com o grupo Masculino.

De acordo com o teste *t-student* as diferenças observadas entre o CAT Família e os dois grupos (1 - Feminino; 2 – Masculino) não é estatisticamente significativo ( $t(80) = 1,323$ ;  $p = 0,190$ ) i.e., tanto o Grupo Feminino e Masculino não apresentam diferenças significativas face ao CAT Família (aceita-se a  $H_0$ ).

### **CAT Crescimento**

Dos 82 participantes foram identificados 52 sujeitos do género Feminino e 30 sujeitos género Masculino. Em relação à estatística descritiva, constata-se que o valor médio do CAT Crescimento no grupo no grupo Feminino ( $\mu = 1,942$ ) é inferior ao valor médio do grupo Masculino ( $\mu = 2,066$ ). O resultado do desvio padrão demonstrou que existe uma menor variabilidade de respostas no grupo Feminino em comparação com o grupo Masculino.

De acordo com o teste *t-student* as diferenças observadas entre o CAT Crescimento e os dois grupos (1 - Feminino; 2 – Masculino) não é estatisticamente significativo ( $t(80) = -0,465$ ;  $p = 0,643$ ) i.e., tanto o Grupo Feminino e Masculino não apresentam diferenças significativas face ao CAT Crescimento (aceita-se a  $H_0$ ).

### **CAT Educação Escola**

Dos 82 participantes foram identificados 52 sujeitos do género Feminino e 30 sujeitos género Masculino. Em relação à estatística descritiva, constata-se que o valor médio do CAT Educação Escola no grupo Feminino ( $\mu = 1,269$ ) é superior ao valor médio do grupo Masculino ( $\mu = 1,133$ ). O resultado do desvio padrão demonstrou que existe uma menor variabilidade de respostas no grupo Feminino em comparação com o grupo Masculino.

De acordo com o teste *t-student* as diferenças observadas entre o CAT Crescimento e os dois grupos (1 - Feminino; 2 – Masculino) não é estatisticamente significativo ( $t(80) = 0,710$ ;  $p = 0,480$ ) i.e., tanto o Grupo Feminino e Masculino não apresentam diferenças significativas face ao CAT Educação Escola (aceita-se a  $H_0$ ).

### **CAT Aspectos Relacionados com os Outros**

Dos 82 participantes foram identificados 52 sujeitos do género Feminino e 30 sujeitos género Masculino. Em relação à estatística descritiva, constata-se que o valor médio do CAT Aspectos Relacionados com os Outros no grupo Feminino ( $\mu = 1,423$ ) é inferior ao valor médio do grupo Masculino ( $\mu = 1,533$ ). O resultado do desvio padrão demonstrou que existe uma maior variabilidade de respostas no grupo Feminino em comparação com o grupo Masculino.

De acordo com o teste *t-student* as diferenças observadas entre o CAT Crescimento e os dois grupos (1 - Feminino; 2 – Masculino) não é estatisticamente significativo ( $t(80) = -0,458$ ;  $p = 0,648$ ) i.e., tanto o Grupo Feminino e Masculino não apresentam diferenças significativas face ao CAT Aspectos Relacionados com os Outros (aceita-se a  $H_0$ ).

### **CAT Outros**

Dos 82 participantes foram identificados 52 sujeitos do género Feminino e 30 sujeitos género Masculino. Em relação à estatística descritiva, constata-se que o valor médio do CAT Outros no grupo Feminino ( $\mu = 0,365$ ) é inferior ao valor médio do grupo Masculino ( $\mu = 0,466$ ). O resultado do desvio padrão demonstrou que existe uma maior variabilidade de respostas no grupo Feminino em comparação com o grupo Masculino.

De acordo com o teste *t-student* as diferenças observadas entre o CAT Crescimento e os dois grupos (1 - Feminino; 2 – Masculino) não é estatisticamente significativo ( $t(80) = -0,628$ ;  $p = 0,531$ ) i.e., tanto o Grupo Feminino e Masculino não apresentam diferenças significativas face ao CAT Outros (aceita-se a  $H_0$ ).

TABELA 15

*Média, Desvio Padrão e Std. Erro Média entre as Categorias e o Género*

	<b>Género</b>	N	Média	Desvio Padrão	Std. Erro Médio
<b>CAT_Família</b>	Feminino	52	2,0000	1,04787	,14531
	Masculino	30	1,7000	,87691	,16010
<b>CAT_Crescimento</b>	Feminino	52	1,9423	1,12744	,15635
	Masculino	30	2,0667	1,22990	,22455
<b>CAT_Educação_Escola</b>	Feminino	52	1,2692	,74401	,10318
	Masculino	30	1,1333	,97320	,17768
<b>CAT_AspectosRelaciona dosPróprio</b>	Feminino	52	1,4231	1,12627	,15619
	Masculino	30	1,5333	,89955	,16424
<b>Outros</b>	Feminino	52	,3654	,68682	,09524
	Masculino	30	,4667	,73030	,13333

## Teste t-student para igualdade de médias nas Categorias

		Teste de Levene para Igualdade de Variâncias		Igualdade de medias para o t-student						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Diferença de Médias	Std. Erro Médio	95% de Diferença no Intervalo de Confiança	
									Inferior	Superior
<b>CAT_Família</b>	Igualdade de variâncias assumida	,664	,417	1,323	80	,190	,30000	,22682	-,15139	,75139
	Igualdade de variâncias não assumida			1,388	69,602	,170	,30000	,21621	-,13127	,73127
<b>CAT_Crescimento</b>	Igualdade de variâncias assumida	,182	,671	-,465	80	,643	-,12436	,26724	-,65618	,40747
	Igualdade de variâncias não assumida			-,455	56,397	,651	-,12436	,27362	-,67239	,42368
<b>CAT_Educação_Escola</b>	Igualdade de variâncias assumida	,127	,723	,710	80	,480	,13590	,19130	-,24480	,51660
	Igualdade de variâncias não assumida			,661	48,705	,511	,13590	,20547	-,27706	,54886
<b>CAT_AspectosRelacionadosPróprio</b>	Igualdade de variâncias assumida	1,420	,237	-,458	80	,648	-,11026	,24068	-,58922	,36870
	Igualdade de variâncias não assumida			-,486	71,786	,628	-,11026	,22664	-,56208	,34157
<b>Outros</b>	Igualdade de variâncias assumida	,514	,475	-,628	80	,531	-,10128	,16115	-,42198	,21942
	Igualdade de variâncias não assumida			-,618	57,616	,539	-,10128	,16386	-,42933	,22676

**Hipótese III****Correlação Pearson**

Foram analisadas as correlações, uma vez que esta estatística permite avaliar a magnitude e direcção da associação ou correlação existentes entre duas variáveis, porém não permite desenvolver qualquer tipo de assunção de funcionalidade entre ambas (Maroco & bispo, 2005). A tabela apresenta um dos possíveis critérios para definir a

força da associação entre as variáveis (Cohen & Holliday, 1982, cit. por Bryman & Cramer, 2003).

TABELA 17

*Crêterios de Correla o*

<b>Correla�o</b>	<b>Cr�terio</b>
0,9 – 1	Muito Alta
0,7 - 0,89	Alta
0,4 - 0,69	Moderada
0,2 - 0,39	Baixa
< 0,19	Muito Baixa

Tabela 16: *Tabela Valores da Correla o*

A associa o entre as variáveis em estudo foi averiguada através da matriz de correla o momento produto de Pearson apresentadas na tabela.

TABELA 18

*Correla es de Pearson entre as Categorias de Scripts e as Escalas da EVA*

	<b>EVA_Ansiedade</b>	<b>EVA_Confianca _nos_outros</b>	<b>EVA_Conforto_com_ proximidade</b>
<b>CAT_Fam�lia</b>	-,130	,014	-,016
<b>CAT_Crescimento</b>	,078	,000	,268*
<b>CAT_Educa�o_Escola</b>	,101	-,058	-,008
<b>CAT_AspectosRelacionad osPr�prio</b>	-,050	,073	-,183
<b>Outros</b>	,012	-,079	-,106

**CAT Família**

A análise da associa o entre a dimensão CAT Crescimento com Eva Ansiedade, EVA Confiança nos Outros e EVA Conforto com Proximidade não são estatisticamente significativas, ou seja, a variável CAT Família não afecta significativamente as variáveis Eva Ansiedade e EVA Confiança nos Outros e EVA Conforto com Proximidade

### **CAT Crescimento**

O valor da correlação obtido entre o CAT Crescimento e EVA Conforto com Proximidade é baixo mas significativo ( $r = 0,268$ ;  $p < 0,001$ ). Assim sendo, a um maior nível de CAT Crescimento está associado um maior nível de EVA Conforto com Proximidade (Tabela).

A análise da associação entre a dimensão CAT Crescimento com Eva Ansiedade e EVA Confiança nos Outros não são estatisticamente significativas, ou seja, a variável CAT Crescimento não afecta significativamente as variáveis Eva Ansiedade e EVA Confiança nos Outros.

### **CAT Educação Escola**

A análise da associação entre a dimensão CAT Educação Escola com Eva Ansiedade, EVA Confiança nos Outros e EVA Conforto com Proximidade não são estatisticamente significativas, ou seja, a variável CAT Educação Escola não afecta significativamente as variáveis Eva Ansiedade e EVA Confiança nos Outros e EVA Conforto com Proximidade.

### **CAT Aspectos Relacionados com Próprio**

A análise da associação entre a dimensão CAT Aspectos Relacionados com Próprio com Eva Ansiedade, EVA Confiança nos Outros e EVA Conforto com Proximidade não são estatisticamente significativas, ou seja, a variável CAT Aspectos Relacionados com Próprio não afecta significativamente as variáveis Eva Ansiedade e EVA Confiança nos Outros e EVA Conforto com Proximidade.

### **CAT Outros**

A análise da associação entre a dimensão CAT Outros com Eva Ansiedade, EVA Confiança nos Outros e EVA Conforto com Proximidade não são estatisticamente significativas, ou seja, a variável CAT Outros não afecta significativamente as variáveis Eva Ansiedade e EVA Confiança nos Outros e EVA Conforto com Proximidade.

## **Hipótese IV**

### **CAT Prevalência – CAT Valência**

A análise da associação entre a dimensão CAT Prevalência com CAT Valência não é estatisticamente significativa, ou seja, a variável CAT Prevalência não afecta significativamente o CAT Valência (Rejeita-se a Hipótese)

TABELA 19

*Correlações de Pearson entre a Prevalência e a Valência*

		<b>CAT_ValênciaTotal</b>
<b>CAT_Prevalência</b>	Correlação de Pearson	-,062
	Sig. (2-tailed)	,586
	N	80

## **Hipótese V**

### **CAT Valência – CAT Importância**

O valor da correlação obtido entre o CAT Valência e o CAT Importância é moderado e significativo ( $r = -0,435$ ;  $p < 0,001$ ). Assim sendo, a um maior nível de CAT Valência está associado um maior nível de CAT Importância (Tabela).

Deste modo, utilizou-se uma regressão Linear Simples em que o valor do modelo é estatisticamente significativo ( $F(1,80) = 18,655$ ;  $p < 0,001$ ) sendo a variância explicada pelo modelo de 18,9%. Através da análise dos coeficientes de regressão constata-se que a variável CAT Valência tem efeito significativo ( $t = 4,319$ ;  $p < 0,001$ ) no CAT Importância (tabela). Constata-se assim, pela análise dos coeficientes de regressão estandardizados que o CAT Valência ( $\beta = 0,435$ ) tem impacto no CAT Importância.

TABELA 20

*Correlações de Pearson entre a Valência e a Importância*

		CAT_Importancia
CAT_ValênciaTotal	Correlação de Pearson	,435**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	82

TABELA 21

*Modelo de Regressão Linear entre a Valência e a Importância*

Modelo	R	R Quadrado	R Quadrado Ajustado	Std. Erro de Estimativa	Durbin-Watson
1	,435a	,189	,179	,50220	2,249

a. Preditores: (Constante), CAT\_ValênciaTotal

TABELA 22

*Anova entre a Valência e a Importância*

Modelo		Soma de Quadrados	df	Média de Quadrado	F	Sig.
1	Regressão	4,705	1	4,705	18,655	,000b
	Residual	20,177	80	,252		
	Total	24,882	81			

TABELA 23

*Coefficientes entre a Valência e a Importância*

Modelo		Coeficientes não padronizados		Coeficiente Padronizados	t	Sig.	Estatísticas de colinearidade	
		B	Std. Erro	Beta			Tolerância	VIF
1	(Constante)	5,894	,173		34,148	,000		
	<b>CAT_ValênciaTotal</b>	,301	,070	,435	4,319	,000	1,000	1,000

a. Variável Dependente: CAT\_Importancia

## Hipótese VI

TABELA 24

*Correlações de Pearson entre as Categorias e as Subescalas do IIP*

	CAT_Família	CAT_Crescimento	CAT_Educação_Escola	CAT_AspectosRelacionadosPróprio	Outros
IIP_Autoritário_Controlador	-,067	-,026	,009	-,151	,325**
IIP_Vindicador_Egocêntrico	-,173	,034	,007	-,119	,290**
IIP_Frio_Distante	-,023	-,152	,030	,012	,185
IIP_Socialmente Inibido	-,102	-,146	-,030	,122	,200
IIP_NãoAssertivo	-,062	,032	-,027	,099	-,078
IIP_ExcessivamenteAcomodado	-,113	,079	-,079	,020	,069
IIP_AutoSacrifício	-,163	,137	-,021	,040	-,043
IIP_Intrusivo_Carente	-,268*	,109	,018	,081	,040
IIP_Média	-,161	,015	-,018	,026	,149

\*\*\_ Diferença significativa ( $p < .01$ ) (2-tailed).

Diferença significativa ( $p < .05$ ) (2-tailed).

### CAT Família

O valor da correlação obtido entre o CAT Família e IIP Intrusivo Carente é baixo mas significativo ( $r = -0,268$ ;  $p < 0,001$ ). Assim sendo, a um maior nível de CAT Família está associado um menor nível de IIP Intrusivo Carente (Tabela).

A análise da associação entre a dimensão CAT Família com IIP Autoritário Controlador, IIP Vindicador Egocêntrico, IIP Frio Distante, IIP Socialmente Inibido, IIP Não Assertivo, IIP Excessivamente Acomodado, IIP Autossacrifício e IIP Média não

são estatisticamente significativas, ou seja, a variável CAT Família não afecta significativamente as variáveis acima referidas

### **CAT Crescimento**

A análise da associação entre a dimensão CAT Crescimento com IIP Autoritário Controlador, IIP Vindicador Egocêntrico, IIP Frio Distante, IIP Socialmente Inibido, IIP Não Assertivo, IIP Excessivamente Acomodado, IIP Autossacrifício, IIP Intrusivo Carente e IIP Média não são estatisticamente significativas, ou seja, a variável CAT Crescimento não afecta significativamente as variáveis acima referidas.

### **CAT Educação Escola**

A análise da associação entre a dimensão CAT Educação Escola com IIP Autoritário Controlador, IIP Vindicador Egocêntrico, IIP Frio Distante, IIP Socialmente Inibido, IIP Não Assertivo, IIP Excessivamente Acomodado, IIP Autossacrifício, IIP Intrusivo Carente e IIP Média não são estatisticamente significativas, ou seja, a variável CAT Educação Escola não afecta significativamente as variáveis acima referidas.

### **CAT Aspectos Relacionados com Próprio**

A análise da associação entre a dimensão CAT Aspectos Relacionados com Próprio com IIP Autoritário Controlador, IIP Vindicador Egocêntrico, IIP Frio Distante, IIP Socialmente Inibido, IIP Não Assertivo, IIP Excessivamente Acomodado, IIP Autossacrifício, IIP Intrusivo Carente e IIP Média não são estatisticamente significativas, ou seja, a variável CAT Aspectos Relacionados com Próprio não afecta significativamente as variáveis acima referidas.

### **CAT Outros**

O valor da correlação obtido entre o CAT Outros e IIP Autoritário Controlador é baixo mas significativo ( $r = 0,325$ ;  $p < 0,001$ ). Assim sendo, a um maior nível de CAT Outros está associado um maior nível de IIP Autoritário (Tabela).

O valor da correlação obtido entre o CAT Outros e IIP Vindicador Egocêntrico é baixo mas significativo ( $r = 0,290$ ;  $p < 0,001$ ). Assim sendo, a um maior nível de CAT Outros está associado um maior nível de IIP Vindicador Egocêntrico (Tabela).

A análise da associação entre a dimensão CAT Outros com IIP Frio Distante, IIP Socialmente Inibido, IIP Não Assertivo, IIP Excessivamente Acomodado, IIP

Autossacrifício, IIP Intrusivo Carente e IIP Média não são estatisticamente significativas, ou seja, a variável CAT Aspectos Relacionados com Próprio não afecta significativamente as variáveis acima referidas.

### **Regressão I**

#### **(CAT Família – IIP Intrusivo Carente)**

Utilizou-se uma regressão Linear Simples em que o valor do modelo é estatisticamente significativo ( $F(1,80) = 6,189$ ;  $p = 0,015$ ) sendo a variância explicada pelo modelo de 7,2%. Através da análise dos coeficientes de regressão constata-se que a variável CAT Família tem efeito significativo ( $t = -2,488$ ;  $p = 0,015$ ) no IIP Intrusivo Carente (tabela). Constata-se assim, pela análise dos coeficientes de regressão estandardizados que o CAT Família ( $\beta = -0,268$ ) tem impacto no IIP Intrusivo Carente.

TABELA 25

*Modelo de Regressão Linear entre a Categoria Família e a subescala do IIP Intrusivo Carente*

Modelo	R	R Quadrado	R Quadrado Ajustado	Std. Erro de Estimativa
1	,268a	,072	,060	,56927

a. Preditores: (Constante), CAT\_Família

b. Variável Dependente: IIP\_Intrusivo\_Carente

TABELA 26

*Anova entre a Categoria Família e a subescala do IIP Intrusivo Carente*

Modelo		Soma de Quadrados	df	Média de Quadrado	F	Sig.
1	Regressão	2,006	1	2,006	6,189	,015b
	Residual	25,925	80	,324		
	Total	27,931	81			

a. Variável Dependente: IIP\_Intrusivo\_Carente

b. Preditores: (Constant), CAT\_Família

TABELA 27

*Coefficientes entre a Categoria Família e a subescala do IIP Intrusivo Carente*

Modelo		Coeficientes não padronizados		Coeficiente Padronizados	t	Sig.
		B	Std. Erro	Beta		
1	(Constante)	2,433	,136		17,928	,000
	CAT_Família	-,158	,064	-,268	-2,488	,015

a. Variável Dependente: IIP\_Intrusivo\_Carente

## **Regressão II**

### **(CAT Outros – IIP Autoritário Controlador)**

Utilizou-se uma regressão Linear Simples em que o valor do modelo é estatisticamente significativo ( $F(1,80) = 9,434$ ;  $p = 0,003$ ) sendo a variância explicada pelo modelo de 10,5%. Através da análise dos coeficientes de regressão constata-se que a variável CAT Outros tem efeito significativo ( $t = -3,072$ ;  $p = 0,003$ ) no IIP Autoritário Controlador (tabela). Constata-se assim, pela análise dos coeficientes de regressão estandardizados que o CAT Outros ( $\beta = 0,325$ ) tem impacto no IIP Autoritário Controlador.

TABELA 28

*Modelo de Regressão Linear entre a Categoria Outros e a subescala do IIP Autoritário/Controlador*

Modelo	R	R Quadrado	R Quadrado Ajustado	Std. Erro de Estimativa
1	,325a	,105	,094	,50785

a. Preditoers: (Constant), Outros

b. Variável Dependente: IIP\_Autoritário\_Controlador

TABELA 29

*Anova entre a Categoria Outros e a subescala do IIP Autoritário/Controlador*

Modelo		Soma de Quadrados	df	Média de Quadrado	F	Sig.
1	Regressão	2,433	1	2,433	9,434	,003b
	Residual	20,633	80	,258		
	Total	23,066	81			

a. Variável Dependente: IIP\_Autoritário\_Controlador

b. Preditores: (Constant), Outros

TABELA 30

*Coefficientes entre a Categoria Outros e a subescala do IIP Autoritário/Controlador*

Modelo		Coeficientes não padronizados		Coeficiente Padronizados	t	Sig.
		B	Std. Erro	Beta		
1	(Constante)	1,657	,065		25,580	,000
	Outros	,248	,081	,325	3,072	,003

a. Variável Dependente: IIP\_Autoritário\_Controlador

### **Regressão III**

#### **(CAT Outros – IIP Vindicador Egocêntrico)**

Utilizou-se uma regressão Linear Simples em que o valor do modelo é estatisticamente significativo ( $F(1,80) = 7,327$ ;  $p = 0,008$ ) sendo a variância explicada pelo modelo de 8,4%. Através da análise dos coeficientes de regressão constata-se que a variável CAT Outros tem efeito significativo ( $t = -2,707$ ;  $p = 0,008$ ) no IIP Vindicador Egocêntrico (tabela). Constata-se assim, pela análise dos coeficientes de regressão estandardizados que o CAT Outros ( $\beta = 0,290$ ) tem impacto no IIP Vindicador Egocêntrico.

TABELA 31

*Modelo de Regressão Linear entre a Categoria Outros e a subescala do IIP Vindicador/Egocêntrico*

Modelo	R	R Quadrado	R Quadrado Ajustado	Std. Erro de Estimativa
1	,290a	,084	,072	,51525

a. Preditores: (Constante), Outros

b. Variável Dependente: IIP\_Vindicador\_Egocêntrico

TABELA 32

*Anova entre a Categoria Outros e a subescala do IIP Vindicador/Egocêntrico*

Modelo		Soma de Quadrados	df	Média de Quadrado	F	Sig.
1	Regressão	1,945	1	1,945	7,327	,008b
	Residual	21,239	80	,265		
	Total	23,184	81			

a. Variável Dependente: IIP\_Vindicador\_Egocêntrico

b. Preditores: (Constante), Outros

TABELA 33

*Coefficientes entre a Categoria Outros e a subescala do IIP Vindicador/Egocêntrico*

Modelo		Coeficientes não padronizados		Coeficiente Padronizados	t	Sig.
		B	Std. Erro	Beta		
1	(Constante)	1,658	,066		25,227	,000
	Outros	,221	,082	,290	2,707	,008

a. Variável Dependente: IIP\_Vindicador\_Egocêntrico

## Discussão

Um Life Script é uma série de eventos que se desdobra numa ordem específica, onde cada evento surge permitindo que os acontecimentos que se seguem, construam um episódio estereotipado representando uma série de eventos que ocorrem numa ordem específica, e representa um curso de vida protótipo dentro de uma determinada cultura (Rubin & Berntsen, 2003). Através dos estudos de Berntsen e Rubin (2004), Rubin, Berntsen e Hutson (2008) e Janssen e Rubin (2010) era esperado que as Categorias Casamento, Ter Filhos, Começar a Escola, Primeiro Emprego, Própria Morte, Morte de Pai ou Mãe e Namorar fossem categorias dos Life Scripts da amostra, o que se verificou.

*Hipótese 1. Indivíduos com resultados mais elevados no BDI evocam mais scripts de valência negativa.*

Foram evocados mais Life Scripts positivos que negativos, o que é expectável de acordo com Berntsen e Rubin; e Berntsen e Hutson. Em ambos os estudos verifica-se que indivíduos tendem a enunciar na grande maioria eventos positivos, colocando de parte os eventos negativos. Dos 42 eventos apenas quatro eventos foram classificados, em média, como negativos pelos sujeitos. Ao contrário do esperado, não foram verificadas diferenças significativas nas médias entre o BDI e a Valência. Verificou-se que o valor médio da valência dos sujeitos com depressão é superior ao valor médio da valência dos sujeitos sem depressão, ou seja, que sujeitos com depressão evocam mais scripts positivos do que os sujeitos sem depressão, ao contrário do que era expectável. Porém, não existem diferenças estatisticamente significativas entre a valência dos sujeitos com depressão e sem depressão. Seria expectável que quanto maior o BDI maior a tendência para evocar acontecimentos negativos. No entanto numa amostra de 74 apenas 8 têm o BDI elevado, logo aqui poderá estar um ponto que não permite uma comparação fiável, sendo que não estão no mesmo número. Para além disso, os Life Scripts dizem respeito ao protótipo de vida idealizada, ou seja, quando alguém idealiza uma vida, preenche-a de acontecimentos positivos. Assim tendencialmente, mesmo em alguém com depressão, o enfoque poderá estar sempre nos eventos positivos. Na instrução é pedido que os participantes evoquem acontecimentos que esperam que aconteçam no curso de vida normal de uma pessoa. Assim, mesmo alguém com uma

história de vida menos boa, ou com um quadro patológico irá incluir momentos positivos, pois é o que se espera numa vida protótipo. **Não se confirmou a hipótese 1.**

*Hipótese 2. Existem diferenças significativas na evocação de scripts em relação ao género.*

Não foram encontradas diferenças entre Life Scripts evocadas pelo género masculino e o género feminino. Alguma literatura defende que é esperado que os eventos evocados sejam mais dirigidos nas mulheres às relações interpessoais e nos homens para os aspectos particulares da sua própria acção, para questões menos emocionais. Porém, estudos realizados por Rubin, Schulkind & Rahhal (1999) concluíram que não existe qualquer tipo de diferença significativa entre os dois géneros no que concerne à recordação e evocação de eventos. Correlacionando estas duas variáveis (género e as cinco subcategorias dos Life Scripts) verificou-se na nossa amostra que não existem diferenças significativas. É possível não existirem diferenças devido ao facto de que os Life Scripts estão relacionados com o que experienciamos e não o que somos geneticamente, ou seja, independentemente do género uma pessoa pode vivenciar um momento e interpretá-lo da mesma forma. Os Life Scripts encontram-se directamente relacionados com as memórias, e nestas existem vários factores que exercem influência sendo o género uma delas, contudo, não se demonstra predominante nesta amostra. Esta situação poderá ocorrer devido ao facto de cada pessoa tem a sua personalidade, o seu modo de se ver a si própria, as suas relação e a sua cultura onde se insere e constrói um conjunto de elementos essenciais. Assim sendo, homens e mulheres independentemente do seu género constroem-se de modos diferentes não existindo obrigatoriamente um padrão de comportamento para cada género. Cada indivíduo funciona à sua maneira como resultado do seu desenvolvimento e construção como um ser único e individual. Além desta situação, quando se pede para indicar acontecimentos, esses mesmos poderão ser transversais ao género. Por exemplo: o/a primeiro/a namorado/a, o entrar para a faculdade, o primeiro emprego, casar, a morte de um familiar, são tudo acontecimentos viáveis e que acontecem tanto a homens como a mulheres. Assim, o género perde influência. **Não se confirmou a hipótese 2.**

*Hipótese 3. Existem diferenças significativas na evocação de scripts tendo em conta as subescalas da Escala de Vinculação do Adulto (EVA) analisadas.*

Neste estudo, seria de esperar que todas as subescalas da EVA (Ansiedade, Conforto com a Proximidade e Confiança nos Outros) se correlacionassem com as cinco subcategorias dos Life Scripts (Família, Crescimento, Trabalho, Aspectos Relacionados com o Próprio e Outros).

A subescala Família não afecta significativamente nenhuma das subescalas da EVA.

A subescala Crescimento não afecta significativamente a subescala Ansiedade e a subescala Confiança nos outros.

A subescala Educação/escola não afecta significativamente nenhuma das subescalas da EVA.

A subescala Aspectos Relacionados com o próprio não afecta significativamente nenhuma das subescalas da EVA.

A subescala Outros não afecta significativamente nenhuma das subescalas da EVA.

O facto de as várias subescalas não se relacionarem pode estar relacionado com o facto de que as cinco subcategorias dos Life Scripts incluïrem vários tipos de acontecimentos o que poderá justificar o facto de não ser possível encontrar um determinado estilo de vinculação.

A subescala Crescimento está correlacionada com a subescala Conforto com a Proximidade, apesar de ser uma correlação baixa mas significativa, ou seja, quantos mais eventos relacionados com o Crescimento um sujeito evoca, maior o seu score na subescala Conforto com a Proximidade. Estes resultados seriam de esperar visto que o Conforto com a Proximidade diz respeito ao grau em que o sujeito se sente confortável com a proximidade e intimidade. É possível pressupor que o desenvolvimento do crescimento (infância/adolescência) inclua interacção e relação com o outro. Sendo assim, é de se esperar que quantos mais eventos evocados sobre situações ocorridas durante o crescimento, provavelmente, maior será o conforto do indivíduo com a proximidade dos outros. **Confirmou-se a hipótese 3, apenas em relação à subescala Crescimento com a subescala Conforto com a Proximidade.**

*Hipótese 4. As categorias avaliadas como mais positivas são significativamente mais prevalentes do que as categorias avaliadas como negativas*

Visto que a ênfase nos Life Scripts é a vida idealizada, os Life Scripts tendem ser dominados por acontecimentos positivos dentro daquilo que é esperado de uma vida

protótipa. Assim, seria esperado que as categorias avaliadas como positivas fossem mais prevalentes que as categorias avaliadas como negativas. Porém, nesta amostra, não foi verificado. Estes resultados poderão ocorrer porque tanto a valência do evento como a prevalência são classificadas pelo próprio sujeito e não pelo Script em si. Por exemplo no evento “morte do pai ou mãe” alguns sujeitos classificam o evento como neutro e não como negativo. Se fosse realizada uma avaliação da valência deste evento para a maioria da população, provavelmente, seria considerado um evento negativo, porém, como é o sujeito que define a valência do evento, é considerado um evento neutro. Esta situação também pode ocorrer porque a vida das pessoas é um conjunto de situações boas e más que ocorrem. Existem sempre na vida das pessoas situações negativas mas muito marcantes. Por exemplo, na maioria da vida das pessoas, em algum momento da vida estas já presenciaram uma doença grave ou perderam algum familiar, o que muitas vezes constitui algo mais marcante do que acabar a faculdade ou ter a primeira relação amorosa. Uma perda a nível emocional deixa marcas, logo nunca seria ignorada, e quando é pedido que a pessoa enumere os eventos mais marcantes é comum aparecerem também eventos negativos. **Não se confirmou a hipótese 4.**

*Hipótese 5. As categorias avaliadas como mais positivas são significativamente mais importantes do que as categorias avaliadas como negativas*

Os estudos realizados realçam que o facto de se pedir a um indivíduo que aceda a memórias extremamente positivas e importantes torna mais provável a activação dos Life Scripts de uma pessoa, pois a maioria dos eventos de transição culturalmente esperados são considerados positivos e importantes. Foi encontrada uma correlação moderada e significativa entre a Valência e a Importância, ou seja, quanto mais positivo for o evento, maior a sua importância. Verificou-se que a Valência explica 18,9% da Importância. Constata-se assim que, nesta amostra, a Valência tem um impacto significativo na Importância. Na vida de uma pessoa ocorrem sempre situações marcantes podendo estas ser positivas ou negativas. Muitas vezes as situações mais positivas assumem um papel de maior relevância que as negativas, nem que seja por defesa pessoal. Alguém que teve vários eventos negativos e marcantes para não se deixar abater realça os pontos positivos que já ocorreram na sua vida. No caso de alguém com um curso de vida sem muitos percalços, aquilo que foi positivo é mais importante porque a realizou, fez crescer e lhe deu ferramentas para, provavelmente,

ainda a fazer feliz actualmente. Assim, os eventos positivos assumem uma maior importância. **Confirmou-se a hipótese 5.**

*Hipótese 6. Existe uma associação entre os scripts evocados e os problemas interpessoais.*

De acordo com os resultados obtidos não existe uma correlação entre os Problemas Interpessoais e as suas subescalas (Autoritário/Controlador, Vindicador/Egocêntrico, Frio/Distante, Socialmente Inibido, Não Assertivo, Excessivamente Acomodado, Auto-sacrifício e Intrusivo/Carente) e as Categorias Crescimento, Educação e Aspectos relacionados com o Próprio.

Há uma correlação baixa significativa entre a Categoria Família e a subescala Intrusivo/Carente, ou seja, quanto mais eventos relacionados com a Família o sujeito evoca, mais características apresenta de Problemas Interpessoais Intrusivo/Carente. A Categoria Família explica 7,2% da subescala Intrusivo/Carente, o que demonstra que a Categoria Família tem um impacto significativo na subescala Intrusivo/Carente. Esta correlação vai contra o que era esperado pois significa que os sujeitos que evocam mais eventos relacionados com a família tendem a ser excessivamente amigáveis, extrovertidos e sociáveis mas a um grau extremo. Esta situação poderá ocorrer pois as pessoas com características Intrusivo/Carente são pessoas com uma aparente necessidade de afecto, poderão ser pessoas que possivelmente vêm na família um grande apoio, uma referência ou fonte de segurança. Seja quais forem os motivos (tendo recebido ou não esse afecto familiar) parece tendencialmente focarem as suas memórias na família.

Nas restantes subescalas a Categoria Família não se correlaciona com nenhuma.

Em relação à Categoria Outros, esta correlaciona-se com a subescala Autoritário/Controlador e com a subescala Vindicador/Egocêntrico. Ambas as correlações são baixas mas significativas. A Categoria Outros explica 10,5% da subescala Autoritário/Controlador, o que demonstra que a Categoria Família tem um impacto significativo nesta mesma subescala. A Categoria Outros explica também 8,4% da subescala Vindicador/Egocêntrico, ou seja, a Categoria Outros tem um impacto significativo na subescala Vindicador/Egocêntrico. A correlação da Categoria Outros com a subescala Autoritário/Controlador significa que os sujeitos que evocam mais situações consideradas na Categoria Outros poderão ser muito controladores ou manipuladores. A correlação da Categoria Outros com a subescala

Vindicador/Egocêntrico significa que os sujeitos que evocam mais situações consideradas na Categoria Outros poderão ser mais vingativos e preocuparem-se muito com o “Eu”. Esta situação seria esperada pois os sujeitos que evocam situações consideradas na Categoria Outros são sujeitos que estão a evocar coisas poucos comuns e, provavelmente, mais focadas na própria experiência de vida pessoal.

Nas restantes subescalas não se encontrou nenhuma correlação com a Categoria Outros. **Confirmou-se a hipótese 6, apenas em relação à Categoria Família com a subescala Intrusivo/Carente e em relação à Categoria Outros com as subescalas Autoritário/Controlador e Vindicador/Egocêntrico.**

## **Conclusões**

Este estudo pretendia conhecer os Life Scripts da população portuguesa e investigar se estão relacionados com as memórias autobiográficas estudadas em outras populações. Este é um estudo pioneiro em Portugal e apenas recentemente começou a ser investigado internacionalmente.

A aplicação dos questionários de Life Scripts permitiram encontrar 43 Categorias de Scripts evocados a partir dos quais foi possível criar 5 grandes subcategorias: Família, Crescimento, Trabalho/educação, Aspectos relacionados com o Próprio e Outros (na categoria outros foram incluídos todos os eventos evocados por apenas 1 ou 2 participantes). As subcategorias mais evocadas foram as do Crescimento e da Família, tendo sido Outros a categoria menos evocada.

A maioria dos Life Scripts evocados foi classificada como positivos, tendo sido apenas 4 eventos classificados, em média, como negativos pelos sujeitos.

Tal como verificamos anteriormente nesta investigação, a literatura demonstra que a evocação de informação é preferencialmente negativa quanto maior a severidade da depressão. Assim, contrariamente ao que era expectável, não foram encontradas diferenças significativas entre o BDI e a Valência, ou seja, pessoas com tendências depressivas não evocaram necessariamente mais eventos negativos. Este facto pode ter ocorrido pela reduzida dimensão da amostra.

Não se verificaram diferenças significativas relativamente ao género. Poderia ser expectável que as mulheres evocassem mais eventos relacionados com as relações interpessoais e evocassem Scripts mais emotivos como ocorreu nos estudos de Robinson (1992) e Broverman, Vogel, Clarkson & Rosenkrantz (1972). Esta situação não se verificou, comprovando o estudo de Rubin, Schulkind & Rahhal que afirma que não existem diferenças significativas entre géneros. Também seria interessante incluir, em estudos futuros, a variável idade, para verificar se as respostas variam entre géneros dentro de cada escalão etário.

Neste estudo podemos verificar que os sujeitos que mais evocam eventos da subcategoria Crescimento, são os que sentem maior conforto com a proximidade dos

outros. Provavelmente o crescimento estando mais associado à evolução da infância/adolescência, pressupõe a existência de relacionamentos com o outro.

Os eventos considerados mais positivos foram considerados também os mais importantes, no entanto, não foram os avaliados como os mais prevalentes.

Os sujeitos que mais evocam a Família são aqueles que apresentam maior score de problemas interpessoais da subescala Intrusivo/Carente. Esta correlação pode ocorrer pela provável existência de carência (física ou emocional) familiar, levando o indivíduo a colmatar essa carência com mais evocações de eventos relacionados com a Família.

Este estudo permitiu criar uma primeira amostra do que poderá ser considerado os Life Scripts da população portuguesa, num total de 43 eventos que poderão ser aprofundados e analisados em estudos futuros.

Verificou-se que a população portuguesa tem os mesmos Life Scripts que a maioria das populações anteriormente estudadas; no entanto, verifica-se que na população portuguesa, a vida profissional tem mais relevância, surgindo por duas vezes nos primeiros cinco eventos mais evocados (primeiro emprego, entrar e frequentar um curso superior). A actual situação económico-social de Portugal poderá ter alguma influência neste facto. Uma análise mais profunda, poderá vir a demonstrar a influência da situação cultural e social do momento na criação de Life Scripts na população portuguesa.

Os Life Scripts exercem uma importante influência nos processos de codificação e evocação das memórias autobiográficas, atribuindo ao indivíduo um conhecimento de eventos que são socialmente aceites e que, por conseguinte, exercem influência em ambientes sociais. Assim esta investigação poderá contribuir, para que a eficácia da intervenção em problemáticas de relações interpessoais possam ser aumentadas com a compreensão dos Life Scripts do indivíduo.

A grande limitação deste estudo foi a dimensão da amostra. Apesar do esforço na procura de sujeitos para a amostra, a dimensão dos questionários e natureza das questões colocadas, inibiram a participação de potenciais participantes.

Estudos futuros poderão comparar o conceito de estilo de vida dos portugueses com outras sociedades, e correlaciona-las com a realidade económica, social e cultural de cada uma delas.

Uma análise interessante seria, também, a comparação de uma população clínicas com outra amostra sem alteração psicopatológica, num estudo de maior dimensão, de forma a verificar a existência de correlação entre estas duas populações na definição de conceitos de Life Scripts.

Podemos finalmente concluir que a população portuguesa tem Life Scripts bem definidos e enraizados nos valores tradicionais da família, pois as categorias mais evocadas foram o Crescimento e a Família. Por outro lado, poderemos concluir ainda que existe alguma dificuldade dos sujeitos se conseguirem abstrair da sua vivência real e de anularem os factores emocionais nas suas respostas, como por exemplo, a vida profissional ter mais relevância do que esperado provavelmente devido à crise económica actual.

Os Life Scripts fornecem uma estrutura para a compreensão e evocação dos acontecimentos de história de vida o que nos leva a acreditar que este estudo possa servir como ponto de partida para análises futuras no campo da psicologia e sociologia em Portugal e que possa vir a contribuir com alertas sobre as expectativas, preocupações e inibições da população portuguesa.

## Referência Bibliográfica

Ainsworth, M. D. S. (1967), *Infancy in Uganda: Infant care and the growth of love*, Baltimore: Johns Hopkins University Press,

Ainsworth, M. D. S. (1979) Infant-mother attachment. *American Psychologist*, 34, 932-973.

Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: Assessed in the strange situation and at home*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Baddeley, A. (2009). *Memory*. Hove: Psychology Press, 2009.

Ainsworth, M. D. S., & Bowlby, J. (1991), An ethological approach to personality development. *American Psychologist*, 46, 331-341.

Barsalou, L. W. (1988). The content and organization of autobiographical memories. In U. Neisser & E. Winograd (Eds.), *Remembering reconsidered. Ecological and traditional approaches to the study of memory* (pp. 193-243). New York: Cambridge University Press.

Beck, A.T., Ward, C.H., Mendelson, M., Mock, J., & Erbaugh, J. (1961). An inventory for measuring depression. *Archives of general psychiatry*, 4, 561-571.

Belsky, J., Spritz, B., & Crnic, K. (1996). Infant Attachment Security and Affective-Cognitive Information Processing at Age 3. *Psychological Science*, 7, 111-114.

Berntsen, D. (1996). Involuntary autobiographical memories. *Applied Cognitive Psychology*, 10, 435-454.

Berntsen, D. (1998). Voluntary and involuntary access to autobiographical memory. *Memory*, 6, 113-141.

Berntsen, D., & Hall, N. M. (2004). The episodic nature of involuntary autobiographical memories. *Memory & Cognition*, 32, 789-803.

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.

Berntsen, D. & Rubin, D. C. (2004). Cultural life scripts structure recall from autobiographical memory. *Memory & Cognition*, 32, 427-442.

Berntsen, D., & Rubin, D. C. (2008). The reappearance hypothesis revisited: Recurrent involuntary memories after traumatic events and in everyday life. *Memory & Cognition*, 36, 449-460.

Boris, N., & Zeanah, C. H. (1999). Disturbances and disorders of attachment in infancy: An overview. *Infant Mental Health Journal*, 20 (1), 1-9.

Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss. Vol. 1: Attachment*. New York: Basic Books.

Bowlby, J. (1982). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment (2nd ed.)*. New York, NY: Basic Books.

Bowlby, J. (1988). *A secure base: Clinical applications of attachment theory*. London, England: Routledge.

Bowlby, J. (1988). *A secure base: Parent-child attachment and healthy human development*. London: Basic Books

Brewer, W. F. (1986). What is autobiographical memory? In D. C. Rubin, *Autobiographical memory (25-49)*. Cambridge: University Press.

Brewin, C. R., Reynolds, M., & Tata, P. (1999). Autobiographical memory processes and the course of depression. *Journal of Abnormal Psychology*, 108 (3), 511-517.

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.

Brunner, J. S. (2003). Self-making narratives. In R. Fivush & C.A.Haden, *Autobiographical memory and the construction of a narrative self. Developmental and cultural perspectives* (pp.209-225).Mahwah, N.J.: Lawrence Erlbaum Associates.

Canavarro, M. C., Dias, P., & Lima, V. (2006). A avaliação da vinculação do adulto: Uma revisão crítica a propósito da aplicação da adult attachment scale-r (AAS-R) na população portuguesa. *Psicologia*, 20, 154-186.

Clark, D. A., Beck, A. T. & with Alford, B. A. (1999). *Scientific foundations of cognitive theory and therapy of depression*. (New York: Wiley)

Cláudio, V. (2004). *Da trama das minhas memórias o fio que tece a depressão: Esquecimento dirigido e memória autobiográfica na depressão major*. Lisboa: Instituto Superior de Psicologia Aplicada

Cláudio, V. (2009). Domínios de esquemas precoces na depressão. *Análise Psicológica*, 27, 143-157.

Collins, N. L., & Read, S. J. (1990). Adult attachment, working models, and relationship quality in dating couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(4), 644-663.

Conway, M. A. (1990). *Autobiographical memory: An introduction*. Buckingham, England: Open University Press.

Conway, M. A. (2005). Memory and the self. *Journal of Memory & Language*, 53, 597-628.

Conway, M. A. (1992). A structural model of autobiographical memory. In M. A. Conway, D. C. Rubin, H. Spinnler, & W. A. Wagenaar (Eds.), *Theoretical perspectives on autobiographical memory* (pp. 167- 193). Dordrecht: Kluwer.

Conway, M. A. (1996). Autobiographical knowledge and autobiographical memory. In D. C. Rubin (Ed.), *Remembering our past: Studies in autobiographical memory* (pp. 67-93). New York: Cambridge University Press.

Conway, M. A., & Pleydell-Pearce, C. W. (2000). The construction of autobiographical memories in the self-memory system. *Psychological Review*, 107, 261-288.

Conway, M. A., & Rubin, D. C. (1993). The structure of autobiographical memory. In A. F. Collins, S. E. Gathercole, M. A. Conway, & P. E. Morris (Eds), *Theories of memory* (pp.103-137). Hove: Lawrence Erlbaum Associates

Conway, M. A., Singer, J. A., & Tagini, A. (2004). The self and autobiographical memory: Correspondence and coherence. *Social Cognition*, 22(5), 491–529.

Dalglish, T., Spinks, H., Yiend, J., Kuyken, W. (2001). Autobiographical memory style in seasonal affective disorder and its relationship to future symptom remission. *Journal of Abnormal Psychology*, 110 (2), 335-340.

Diamond, L. M., & Hicks, A. M. (2004). Psychobiological perspectives on attachment: Implications for health over the lifespan. In J. A. Simpson & W. S. Rholes (Eds.), *Adult attachment: New directions and emerging issues* (pp. 240 –263). New York, NY: Guilford Press

Guerrero, L.K. (1996). Attachment-style differences in intimacy and involvement: A test of the four-category model. *Communication Monographs*, 63, 269-292.

Goddard, L., Dristchel, B., & Burton, A. (1996). Role of autobiographical memory in social problem solving and depression. *Journal of Abnormal Psychology*. 105(4), 609-616.

Fivush, R., & Haden, C.A. (2005). Parent-Child Reminiscing and the Construction of a Subjective Self. In B.D. Homer & C.S. Tamis-LeMonda (eds.) *The Development of Social Cognition and Communication* (pp.315-335). Mahwah, N.J.: Erlbaum.

Fivush, R. & Nelson, K. (2006). Parent-Child Reminiscing Locates the Self in the Past. *British Journal of Developmental Psychology*, 24, 235-251.

Giddens, Anthony. *As Consequências da Modernidade*. São Paulo: Ed Unesp, 1991.

Gleitman, L. (1990). Structural sources of verb learning, *Language Acquisition*.

Goddard, L., Dristchel, B., & Burton, A. (1996). Role of autobiographical memory in social problem solving and depression. *Journal of Abnormal Psychology*. 105(4), 609-616.

Habermas, T., & Bluck, S. (2000). Getting a life: The emergence of the life story in adolescence. *Psychological Bulletin*, 126, 748-769.

Hazan, C. & Shaver P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process., *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol 52, 511-524.

Healy, H.; Williams, M. G. (1999). *Autobiographical Memory*. In Dalglish, T.; Power, M. (eds.). *Handbook of Cognition and Emotion*. John Wiley; Sons, New York, 229-42.

Kafetsios, K., & Nezlek, J. B. (2002). Attachment styles in everyday social interaction. *European Journal of Social Psychology*, 32, 719-735.

Kaviani, H., Rahimi, M., Rahimi-Darabad, P., Kamyar, K., & Naghavi, H. (2003). How autobiographical memory deficits affect problem solving in depressed patients. *Acta Medica Iranica*, 41(3), 194-198.

Kuyken, W., & Dalglish, T. (1995). *Autobiographical memory and depression*. *British Journal of Clinical Psychology*, 34, 89-92.

Leibetseder, M.M., Rohrer, R.R., Mackinger, H.F., & Fartacek, R.R. (2006). Suicide attempts: Patients with and without an affective disorder show impaired autobiographical memory specificity. *Cognition and Emotion*. 20(3/4), 516-526.

Lemogne, C., Piolino, P., Friszer, S., Claret, A., Girault, N., Jouvent, R., Allilaire, J.-F., & Fossati, P. (2006). Episodic autobiographical memory in depression: Specificity, auto-noetic consciousness, and self-perspective. *Consciousness and Cognition*, 15(8), 258-268.

Luborsky, M. R. (1993). The romance with personal meaning in gerontology: cultural aspects of life themes. *Gerontologist*, 33 (4), 445-452.

McCoby, E.E., & Jacklin, C.N. (1978). Social behavior at thirty-three months in same-sex and mixed-sex dyads. *Child development*, 49, 557-569

Mathews, A. (2006). Anxiety and the encoding of emotional information. In B. Utzl, A. Singenthaler, & N. Ohta (Eds.), *Memory and emotion: Interdisciplinary Perspectives* (pp. 191-210). Oxford, UK: Blackwell Publishing.

McAdams, D. P. (1985). *Power, intimacy, and the life story*. New York: Guilford.

McAdams, D.P. (2001). The psychology of life stories. *Review of general Psychology*, 100-122.

McAdams, D.P. (2003). Identity and the life story. In R. Fivush & C.A.Haden, *Autobiographical memory and the construction of a narrative self. Developmental and cultural perspectives* (pp.187-207).Mahwah, N.J.: Lawrence Erlbaum Associates.

Mikulincer, M., Shaver, P. R., Gillath, O., & Nitzberg, R. A. (2005). Attachment, caregiving, and altruism: Boosting attachment security increases compassion and helping. *Journal of Personality and Social Psychology*, 89, 817-839.

Mikulincer, M., Shaver, P. R., & Slaver, K. (2006). Attachment, mental representations of others and gratitude and forgiveness in romantic relationships. *Dynamics of romantic love: Attachment caregiving, and sex* (190-215). New York: Guilford Press.

Neisser, U., & Fivush, R. (1994). *The remembering self: Construction and accuracy in the self-narrative*. N.Y.: Cambridge University Press.

Nelson, K. (1993). The Psychological and social origins of autobiographical memory. *Psychological Science*, Vol.4, No.1, 7-14.

Nelson, K. (1996). *Language in cognitive development: The emergence of the mediated mind*. N.Y.: Cambridge University Press.

Nelson, K. (2003). Self and social functions: Individual autobiographical memory and collective narrative. *Memory*, 11, 125-136.

Neugarten, Bernice L. and Gunhild O. Hagestad. 1976. "Age and the Life Course." 35-55 in *Handbook of Aging and the Social Sciences*. New York: Van Nostrand-Reinhold.

Neugarten, B. L., Moore, J. W., & Lowe, J. C. (1965). Age norms, age constraints, and adult socialization. *American Journal of Sociology*, 70, 710 – 717.

Newman, L.S., & Hedberg, D.A. (1999). Repressive coping and the inaccessibility of negative autobiographical memories: converging evidence. *Personality and Individual Differences* .27: 45-53.

O'Connor, T., Bredenkamp, D., Rutter, M., & The English and Romanian Adoptees (ERA) Study Team. (1999). Attachment disturbances and disorders in children exposed to early severe deprivation. *Infant Mental Health Journal*, 20 (1), 10-29.

Pasupathi, M., Mansour, E., & Brubaker, J.R. (2007). Developing a Life Story: Constructing Relations between Self and Experiences in Autobiographical Narratives. *Human Development*, 50, 85-110.

Peeters, F., Wessel I., Merckelbach H., & Boon-Vermeeren M. (2002). Autobiographical memory specificity and the course of major depressive disorder. *Comprehensive Psychiatry*, 43, 344–350.

Pereira, M.M.A. (2008). Desenvolvimento de Crianças em Centros de Acolhimento Temporário e Relação com os seus Cuidadores. Tese de Mestrado apresentada à Universidade do Minho para obtenção do grau de mestre em Psicologia Clínica, orientada por Isabel Soares e Pedro Dias.

Pergher, G.K., Stein, L.M., & Wainer, R. (2004). Estudos sobre memória na depressão: achados e implicações para a terapia cognitiva. *Revista de Psiquiatria Clínica*. 31(2) 82-90.

Pillemer, D. B. (1998). *Momentous events, vivid memories: How unforgettable moments help us understand the meaning of our lives*. Cambridge, MA: Harvard University Press.

Pillemer, D. & White, S.H. (1989). Childhood events recalled by children and adults. In H.W. Reese (Ed.), *Advances in child development and behavior*, Vol.22 (pp.227- 340). New York: Academic Press.

Reisberg, D., & Heuer, F. (2004). Remembering emotional events. In D. Reisberg & P. Hertel (Eds.), *Memory and emotion* (pp. 3-41). New York: Oxford University Press.

Rottenberg, J. (2005). Mood and emotion in major depression. *Curr Direct Psychol Sci* 14: 167-70.

Rubin, D. C. (Ed.) (1986). *Autobiographical memory*. New York: Cambridge University Press.

Rubin, D. C. (1998). Beginnings of a theory of autobiographical remembering. In C. P. Thompson, D. J. Herrmann, D. Bruce, J. D. Reed, D. G. Payne, & M. P. Toglia (Eds.), *Autobiographical memory: Theoretical and applied perspectives* (pp. 47-67). Mahwah, NJ: Erlbaum.

Rubin, D. C. (2002). Autobiographical memory across the lifespan. In P. Graf & N. Ohta (Eds.), *Lifespan development of human memory* (pp. 159-184). Cambridge, MA: MIT Press.

Rubin, D. C., & Berntsen, D. (2003). Life scripts help to maintain autobiographical memories of highly positive, but not highly negative, events. *Memory & Cognition*, 31, 1-14.

Rubin, D. C., Berntsen, D., Hutson, M. (2009). "The normative and the personal life: Individual differences in life scripts and life story events among USA and Danish undergrads." *Memory*, 17(1), 54-68.

Rubin, D. C., & Greenberg, D. L. (1998). Visual memory-deficit amnesia: A distinct amnesic presentation and etiology. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 95, 5413-5416.

Rubin, D. C., Schrauf, R. W. & Greenberg, D. L. (2003). Belief and recollection of Autobiographical Memories. *Memory & Cognition*, 31 (6), 887-901:

Rubin DC, Schulkind MD, Rahhal TA (1999). A study of gender differences in autobiographical memory: Broken down by age and sex. *Journal of Adult Development*, 6 (1), 61–71.

Rubin, D.C., & Kozin, M. (1984). Vivid Memories. *Cognition*, 16 (1), 81-95

Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2001). *Emotions, social relationships, and health*. New York, NY: Oxford University Press.

Santamaria, A. De La Mata, M. & Ruiz, L. (2012). Escolarización formal, memoria autobiográfica y concepciones culturales del yo. *Infancia y Aprendizaje*, 2012, 35 (1), 73-86.

Schank, R.C. (1982). *Dynamic Memory*. New York: Cambridge University Press.

Schank, R.C. (1999). *Dynamic Memory Revisited*. New York: Cambridge University Press.

Schank, R.C., & Abelson, R.P. (1977). Scripts, plan and knowledge. In P.N. Johnson-Laird & P.C. Wason. *Thinking, Readings in cognitive science* (421-435). Cambridge: Cambridge University Press.

Scharfe, E., & Bartholomew, K. (1995). Accommodation and attachment representations in young couples. *Journal of Social and Personal Relationships*, 12, 389-401.

Schlagman, S. & Kvavilashvili, L. (2008) Involuntary autobiographical memories in and outside the laboratory. *Memory and Cognition*, 36(5), 920–932.

Shai, D. (2002). Working women/cloistered men: A family development approach to marriage arrangements among ultra-orthodox Jews. *Journal of Comparative Family Studies*, 33, 97-115

Shaver, P. R. & Hazan, C. (1998). A biased overview of the study of love., *Journal of Social and Personal Relationships*, Vol 5, 473-501

Shaver, P., Hazan, C., Bradshaw, D. (1988). Love as attachment: The integration of three behavioral systems., In R. Sternberg & M. Barnes (Eds.), *The psychology of love*(pp. 69-99). New Haven, CT: Yale University Press.

Sheen, M.; Kemp. S.; Rubin, D. (2001). Twins dispute memory ownership: a new false memory phenomenon. *Memory and Cognition*, v. 29, n. 6, p. 779-788, Sept. 2001.

Simpsons, J. A., Rholes, W.S., & Phillips, D. (1996). Conflict in close relationships: An attachment perspective. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71, 899-914.

Singer, J. A., & Salovey, P. (1993). *The remembered self: Emotion and memory in personality*. New York, NY: Free Press.

Thomsen, D.K., & Berntsen, D. (2003). Snapshots from therapy: exploring operationalizations and ways of studying flashbulb memories for private events. *Memory*, 11 (6), 559-570.

Tildwell, M. C. O., Reis, H. T., & Shaver, P. R. (1996). Attachment, attractiveness, and social interaction: A diary study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71, 729-745.

Van Vreeswijk, M., & de Wilde, E. (2004). Autobiographical memory specificity, psychopathology, depressed mood and the use of Autobiographical Memory Test: a meta-analysis. *Behaviour Research and Therapy*. 42: 731-743.

Wang, Q., & Brockmeier, J. (2002). Autobiographical Remembering as Cultural Practice: Understanding the Interplay between Memory, Self and Culture. *Culture & Psychology*. Vol.8, (1) 45-64.

Wang, Q., & Fivush, R. (2005). Mother-Child Conversations of Emotionally Salient Events: Exploring the Functions of Emotional Reminiscing in European – American and Chinese Families. *Social Development*, 14 (3), 473- 495.

Wessel, I., Meeren, M., Peeters, F., Arntz, A., & Merckelbach, H. (2001). Correlates of autobiographical memory specificity: the role of depression, anxiety and childhood trauma. *Behaviour Research and Therapy*. 39: 409-421.

Williams, H. L., Conway, M. A., & Cohen, G. (2008). Autobiographical memory. In G. Cohen & M. A. Conway (Eds.), *Memory in the real world* (3rd ed., pp. 21–90). Hove, England: Psychology Press;

Williams, J. M. G., & Broadbent, K. (1986). Autobiographical memory in suicide attempters. *Journal of Abnormal Psychology*, 95(2), 144–149;

Williams, J. M. G., Watts, F. N., Macleod, C., & Mathews, A. (2000). *Psicologia cognitiva e perturbações emocionais*. Lisboa: Climepsi Editores.

Zeanah, C. H., Smyke, A. T., Koga, S. F., Carlson, E., & the BEIP Core Group (2005). Attachment in institutionalized and community children in Romania. *Child Development*, 76, 1015-1028.

## **Anexos**

## **Anexo A: Consentimento Informado**

### **Carta de Consentimento Informado**

Considerando a “Declaração de Helsínquia” da Associação Médica Mundial  
(Helsínquia, 1964; Tóquio, 1975; Veneza, 1983; Hong Kong, 1989; Somerset West, 1996 e  
Edimburgo, 2000)

Declaro para os devidos fins e efeitos que concordo em participar voluntariamente na investigação científica que Michele Ferreira Balola se encontra a realizar no âmbito do Doutoramento em Psicologia Clínica e que Marta Fonseca se encontra a realizar no âmbito do Mestrado Integrado em Psicologia Clínica, no Instituto Superior de Psicologia Aplicada (ISPA-IU).

A investigação e a minha participação foram devidamente apresentadas e clarificadas pela investigadora.

Declaro ter sido informado(a) e aceito voluntariamente que os dados recolhidos e os seus resultados serão, em regime de completo anonimato, ser utilizados neste estudo e em publicações futuras.

Foram respondidas as perguntas por mim colocadas e esclarecidas todas as minhas dúvidas. Compreendo que os procedimentos desta investigação não apresentam qualquer risco para mim ou terceiros.

Tomei conhecimento que este consentimento é válido e eficaz até ser revogado por mim, a qualquer momento, terminando de imediato a minha participação na investigação, sem qualquer prejuízo decorrente para a minha pessoa ou penalização por este facto.

Para qualquer dúvida adicional relativa à investigação poderei contactar:  
Michele Balola através do 967555239 ou michelebalola@gmail.com;

Marta Fonseca através do 917005365 ou martinhafonseca@hotmail.com

Participante \_\_\_\_\_ Data \_\_\_\_\_

Investigador: \_\_\_\_\_ Data \_\_\_\_\_

**Anexo B: Questionário Sócio-Demográfico**  
**Questionário de Caracterização da Amostra**

Nº do questionário: _____
Data: ____/____/____

<b>Idade:</b> _____	<b>Género:</b> Masculino <input type="checkbox"/> Feminino <input type="checkbox"/>
<b>Habilitações Literárias:</b> Ensino Primário <input type="checkbox"/>	<b>Profissão:</b> _____
Ensino Básico <input type="checkbox"/>	
Ensino Secundário <input type="checkbox"/>	
Frequência Universitária <input type="checkbox"/>	
Ensino Superior <input type="checkbox"/>	
<b>Estado Civil:</b> Solteiro/a <input type="checkbox"/>	<b>Concelho de residência:</b> _____
Casado/a <input type="checkbox"/>	
União de Facto <input type="checkbox"/>	
Divorciado/a <input type="checkbox"/>	
Viúvo/a <input type="checkbox"/>	

**Já esteve em apoio psicológico/psicoterapêutico ou tratamento psiquiátrico?**

Sim       Se sim, porquê? \_\_\_\_\_

Não

**Actualmente está em apoio psicológico/psicoterapêutico?**

Sim       Se sim, porquê? \_\_\_\_\_

Não

**Actualmente está em tratamento psiquiátrico?**

Sim       Se sim, porquê? \_\_\_\_\_

Não

**Já tomou medicação psicofarmacológica?**

Sim       Se sim, qual? \_\_\_\_\_

Não

**Actualmente toma medicação psicofarmacológica?**

Sim       Se sim, qual? \_\_\_\_\_

Não

Considere as últimas questões se respondeu “sim” na anterior.

**Quando foi efectuada a última alteração à medicação?** \_\_\_\_\_

**Que medicamento foi alterado/retirado e/ou introduzido?** \_\_\_\_\_

## Anexo C: Inventário de Depressão de Beck (BDI)

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 forçar 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 de 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 D: Eventos e Questionário dos Eventos dos Scripts de Vida**

### **Eventos Scripts de Vida**

*Este estudo lida com as nossas expectativas para um curso de vida normal dentro da nossa cultura. A sua tarefa é decidir quais os eventos esperados num curso de vida normal. Deve portanto, não pensar sobre a sua própria vida pessoal ao responder às perguntas, mas num protótipo vida. Não existem respostas certas ou erradas. Estamos interessados na sua intuição sobre essas questões. Imagine uma criança bastante comum do seu próprio sexo. Não pode ser uma criança específica que conheça, mas uma criança protótipo na nossa cultura, com uma vida bastante comum à sua frente. A sua tarefa é escrever os sete eventos mais importantes que imagina serem mais propensos a ocorrer neste protótipo de vida da criança, desde o nascimento até à morte. Escreva os eventos pela ordem que chegam ao seu pensamento. Dê a cada evento um título curto que especifica o seu conteúdo.*

**1** \_\_\_\_\_

**2** \_\_\_\_\_

**3** \_\_\_\_\_

**4** \_\_\_\_\_

**5** \_\_\_\_\_

**6** \_\_\_\_\_

**7** \_\_\_\_\_

## Questionário dos Eventos dos Scripts de Vida

“Por favor, responda às perguntas abaixo para cada um dos sete eventos que escolheu como mais prováveis num curso de vida normal. Para cada evento, será solicitado para estimar sua frequência, importância, e o conteúdo emocional do evento. Também será solicitado que estime qual a idade que cada evento é esperado ocorrer em um curso de vida normal. Mais uma vez: não há respostas certas ou erradas. Use sua intuição e responda o melhor que pode. Se está muitas dúvidas, dê o seu melhor palpite”.

### Evento 1

1 - Quão comum é o evento: Em cem pessoas quantas vão experienciar este evento pelo menos uma vez durante a sua vida? (Número de pessoas estimado em 100) \_\_\_\_\_

2 - Qual a importância do evento?

Nada importante 1 2 3 4 5 6 7 Muito importante

3 - A partir de que idade é esperado que o evento ocorra? \_\_\_\_\_ anos.

4 - O evento é emocionalmente positivo ou negativo?

Muito negativo -3 -2 -1 0 1 2 3 Muito positivo

### Evento 2

1 - Quão comum é o evento: Em cem pessoas quantas vão experienciar este evento pelo menos uma vez durante a sua vida? (Número de pessoas estimado em 100) \_\_\_\_\_

2 - Qual a importância do evento?

Nada importante 1 2 3 4 5 6 7 Muito importante

3 - A partir de que idade é esperado que o evento ocorra? \_\_\_\_\_ anos.

4 - O evento é emocionalmente positivo ou negativo?

Muito negativo -3 -2 -1 0 1 2 3 Muito positivo

### Evento 3

1 - Quão comum é o evento: Em cem pessoas quantas vão experienciar este evento pelo menos uma vez durante a sua vida? (Número de pessoas estimado em 100) \_\_\_\_\_

2 - Qual a importância do evento?

Nada importante 1 2 3 4 5 6 7 Muito importante

3 - A partir de que idade é esperado que o evento ocorra? \_\_\_\_\_ anos.

4 - O evento é emocionalmente positivo ou negativo?

Muito negativo -3 -2 -1 0 1 2 3 Muito positivo

#### Evento 4

1 - Quão comum é o evento: Em cem pessoas quantas vão experienciar este evento pelo menos uma vez durante a sua vida? (Número de pessoas estimado em 100) \_\_\_\_\_

2 - Qual a importância do evento?

Nada importante 1 2 3 4 5 6 7 Muito importante

3 - A partir de que idade é esperado que o evento ocorra? \_\_\_\_\_ anos.

4 - O evento é emocionalmente positivo ou negativo?

Muito negativo -3 -2 -1 0 1 2 3 Muito positivo

#### Evento 5

1 - Quão comum é o evento: Em cem pessoas quantas vão experienciar este evento pelo menos uma vez durante a sua vida? (Número de pessoas estimado em 100) \_\_\_\_\_

2 - Qual a importância do evento?

Nada importante 1 2 3 4 5 6 7 Muito importante

3 - A partir de que idade é esperado que o evento ocorra? \_\_\_\_\_ anos.

4 - O evento é emocionalmente positivo ou negativo?

Muito negativo -3 -2 -1 0 1 2 3 Muito positivo

#### Evento 6

1 - Quão comum é o evento: Em cem pessoas quantas vão experienciar este evento pelo menos uma vez durante a sua vida? (Número de pessoas estimado em 100) \_\_\_\_\_

2 - Qual a importância do evento?

Nada importante 1 2 3 4 5 6 7 Muito importante

3 - A partir de que idade é esperado que o evento ocorra? \_\_\_\_\_ anos.

4 - O evento é emocionalmente positivo ou negativo?

Muito negativo -3 -2 -1 0 1 2 3 Muito positivo

#### Evento 7

1 - Quão comum é o evento: Em cem pessoas quantas vão experienciar este evento pelo menos uma vez durante a sua vida? (Número de pessoas estimado em 100) \_\_\_\_\_

2 - Qual a importância do evento?

Nada importante 1 2 3 4 5 6 7 Muito importante

3 - A partir de que idade é esperado que o evento ocorra? \_\_\_\_\_ anos.

4 - O evento é emocionalmente positivo ou negativo?

Muito negativo -3 -2 -1 0 1 2 3 Muito positivo

## Anexo E: Escala de Vinculação do Adulto (EVA)

### *Escala de Vinculação do Adulto*

EVA - M.C. Canavarro, 1995; Versão Portuguesa da *Adult Attachment Scale-R*; Collins & Read, 1990

Por favor leia com atenção cada uma das afirmações que se seguem e assinale o grau em que cada uma descreve a forma como se sente em relação às relações afectivas que estabelece. Pense em todas as relações (passadas e presentes) e responda de acordo com o que geralmente sente. Se nunca esteve afectivamente envolvido com um parceiro, responda de acordo com o que pensa que sentiria nesse tipo de situação.

	Nada característico em mim	Pouco característico em mim	Característico em mim	Muito característico em mim	Extremamente característico em mim
1. Estabeleço, com facilidade, relações com as pessoas.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Tenho dificuldade em sentir-me dependente dos outros.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Costumo preocupar-me com a possibilidade dos meus parceiros não gostarem verdadeiramente de mim.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. As outras pessoas não se aproximam de mim tanto quanto eu gostaria.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Sinto-me bem dependendo dos outros.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Não me preocupo pelo facto das pessoas se aproximarem muito de mim.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Acho que as pessoas nunca estão presentes quando são necessárias.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Sinto-me de alguma forma desconfortável quando me aproximo das pessoas.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Preocupo-me frequentemente com a possibilidade dos meus parceiros me deixarem.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Quando mostro os meus sentimentos, tenho medo que os outros não sintam o mesmo por mim.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. Pergunto frequentemente a mim mesmo se os meus parceiros realmente se importam comigo.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. Sinto-me bem quando me relaciono de forma próxima com outras pessoas.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. Fico <u>incomodado</u> quando alguém se aproxima emocionalmente de mim.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. Quando precisar, sinto que posso contar com as pessoas.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. Quero aproximar-me das pessoas mas tenho medo de ser magoado(a).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. Acho difícil confiar completamente nos outros.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17. Os meus parceiros desejam frequentemente que eu esteja mais próximo deles do que eu me sinto confortável em estar.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18. Não tenho a certeza de poder contar com as pessoas quando precisar delas.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## Anexo F: Inventário de Problemas Interpessoais (IIP-64)

### Problemas Interpessoais IIP

Esta é uma lista de alguns problemas no relacionamento com os outros, que as pessoas às vezes referem. Leia a lista que se segue e considere para cada item se esse determinado problemas constituiu um problema para si relativamente a uma pessoa significativa na sua vida. Depois escolha o número que descreve a forma como esse problema tem sido perturbador para si e faça um círculo à volta desse número.

<b>Exemplo:</b>		De que forma se sente perturbado/a por este problema?				
<b>É difícil para mim:</b>		de forma alguma	um pouco	moderada- mente	bastante	extrema- mente
00	relacionar-me com os meus familiares	0	1	2	3	4

#### **PARTE 1: A lista que se segue diz respeito aos aspectos que considera difíceis de fazer com as outras pessoas**

<b>É difícil para mim:</b>		de forma alguma	um pouco	moderada- mente	bastante	extrema- mente
01	confiar nas outras pessoas	0	1	2	3	4
02	dizer não às outras pessoas	0	1	2	3	4
03	juntar-me em grupo	0	1	2	3	4
04	manter a privacidade dos meus assuntos	0	1	2	3	4
05	fazer com que as outras pessoas saibam aquilo que eu quero	0	1	2	3	4
06	Dizer a uma pessoa que pare de me aborrecer	0	1	2	3	4
07	Apresentar-me a pessoas novas	0	1	2	3	4
08	Confrontar as pessoas com os problemas que aparecem	0	1	2	3	4
09	Ser assertivo/a com as outras pessoas	0	1	2	3	4
10	Deixar que os outros se apercebam quando estou zangado/a	0	1	2	3	4
11	Comprometer-me a longo prazo com outra pessoa	0	1	2	3	4
12	Ser o/a chefe de outra pessoa	0	1	2	3	4
13	Ser agressivo/a com uma pessoa quando a situação o exige	0	1	2	3	4
14	Socializar com as outras pessoas	0	1	2	3	4
15	Mostrar afecto pelos outros	0	1	2	3	4
16	Manter-me firme quanto ao meu ponto de vista e não me deixar persuadir pelos outros	0	1	2	3	4
17	Relacionar-me com as outras pessoas	0	1	2	3	4
18	Compreender o ponto de vista das outras pessoas	0	1	2	3	4
19	Ser firme quando preciso de o ser	0	1	2	3	4
20	Experenciar um sentimento de amor por outra pessoa	0	1	2	3	4
21	Estabelecer limites com outra pessoa	0	1	2	3	4
22	Ser apoiante relativamente aos objectivos de vida de outra pessoa	0	1	2	3	4
23	Sentir-me próximo/a de outras pessoas	0	1	2	3	4
24	Preocupar-me realmente com os problemas dos outros	0	1	2	3	4
25	Discutir com outra pessoa	0	1	2	3	4
26	Passar tempo sozinho/a	0	1	2	3	4
27	Dar um presente a outra pessoa	0	1	2	3	4
28	Permitir-me sentir zangado/a com uma pessoa de quem gosto	0	1	2	3	4
29	Pôr as necessidades dos outros à frente das minhas	0	1	2	3	4

<b>É difícil para mim</b>		de forma alguma	um pouco	moderadamente	bastante	extremamente
30	Falar de coisas pessoais com outras pessoas	0	1	2	3	4
31	Receber instruções de pessoas que têm autoridade sobre mim	0	1	2	3	4
32	Sentir-me bem com a felicidade de outra pessoa	0	1	2	3	4
33	Pedir a outras pessoas para se envolverem socialmente comigo	0	1	2	3	4
34	Sentir-me zangado/a com as outras pessoas	0	1	2	3	4
35	Abrir-me e falar dos meus sentimentos às outras pessoas	0	1	2	3	4
36	Desculpar os outros após ter-me zangado com eles	0	1	2	3	4
37	Preocupar-me com o meu bem-estar quando outra pessoa está necessitada	0	1	2	3	4
38	Ser assertivo/a sem me preocupar em magoar os outros	0	1	2	3	4
39	Ser auto-confiante quando estou com os outros	0	1	2	3	4
<b>PARTE 2: Segue-se os aspectos que faz em demasia</b>						
40	Discuto demasiado com as outras pessoas	0	1	2	3	4
41	Sinto-me demasiado responsável em resolver os problemas dos outros	0	1	2	3	4
42	Sou facilmente influenciado pelas outras pessoas	0	1	2	3	4
43	Abro-me demais com as outras pessoas	0	1	2	3	4
44	Sou demasiado independente	0	1	2	3	4
45	Sou demasiado agressivo/a com as outras pessoas	0	1	2	3	4
46	Tento agradar demasiadamente aos outros	0	1	2	3	4
47	Sou demasiado brincalhão	0	1	2	3	4
48	Quero muito que reparem em mim	0	1	2	3	4
49	Confio demais nas outras pessoas	0	1	2	3	4
50	Tento controlar demasiadamente as outras pessoas	0	1	2	3	4
51	Frequentemente ponho as necessidades das outras pessoas à frente das minhas	0	1	2	3	4
52	Tento frequentemente mudar as outras pessoas	0	1	2	3	4
53	Sou demasiado ingénuo/a	0	1	2	3	4
54	Sou demasiado generoso/a com as outras pessoas	0	1	2	3	4
55	Tenho muito medo das outras pessoas	0	1	2	3	4
56	Sou demasiado desconfiado em relação às outras pessoas	0	1	2	3	4
57	Frequentemente manipulo as outras pessoas para obter o que eu quero	0	1	2	3	4
58	Conto frequentemente a minha vida pessoal às outras pessoas	0	1	2	3	4
59	Discuto muito com as outras pessoas	0	1	2	3	4
60	Frequentemente mantenho-me distante das outras pessoas	0	1	2	3	4
61	Frequentemente deixo que os outros tirem partido de mim	0	1	2	3	4
62	Fico muito embaraçado/a quando estou com outras pessoas	0	1	2	3	4
63	Sou muito afectado/a pelo sofrimento das outras pessoas	0	1	2	3	4
64	Frequentemente quero vingar-me das outras pessoas	0	1	2	3	4