

Recordação de experiências de ameaça e subordinação na infância, auto-criticismo, vergonha e submissão: a sua contribuição para a depressão em estudantes universitários

Sofia Alves Coelho¹, Paula Castilho² & José Pinto Gouveia³

A temática do auto-criticismo tem recebido nos últimos anos um interesse crescente no domínio da Psicologia. A investigação aqui apresentada pretende contribuir para o conhecimento do auto-criticismo e da sua relação com a psicopatologia, bem como com vários constructos que a literatura tem demonstrado estarem associados à sua origem, desenvolvimento e manutenção, como as experiências de ameaça e subordinação na infância, a vergonha e a submissão. Os resultados dos estudos, realizados numa amostra de estudantes universitários (N = 263), mostraram associações significativas entre os comportamentos de submissão na idade adulta e a recordação de experiências parentais de subordinação na infância, a experiência de vergonha interna e o auto-criticismo. Ao nível da sintomatologia depressiva, os resultados encontrados no nosso estudo sugeriram a existência de associações significativas com a vergonha interna e o auto-criticismo. Quer a vergonha interna, quer o auto-criticismo constituem preditores significativos da submissão e dos sintomas depressivos.

PALAVRAS-CHAVE: Auto-criticismo; Vergonha; Recordação de experiências de ameaça e subordinação na infância; Submissão; Sintomas depressivos.

1. Introdução

Segundo a perspectiva evolucionária, os humanos desenvolveram competências específicas para serem capazes de aprender, compreender e estabelecer papéis sociais, através da concretização de determinados objectivos biossociais (e.g., rece-

¹ CINEICC - Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra - coelho_sofia@hotmail.com

² CINEICC - Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra - paulacastilho@fpce.uc.pt

³ CINEICC - Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra - jpgouveia@fpce.uc.pt

ber e prestar cuidados; estabelecimento de alianças; competição/*ranking*; sexuais) (Gilbert, 1998a, 2000a, 2005; Gilbert, Clarke, Hempel, Miles & Irons, 2004). Essas competências funcionam através de sistemas neuronais especializados (módulos ou mentalidades sociais), que evoluíram durante a trajectória desenvolvimental de cada indivíduo, através da interacção com o ambiente social, ou seja, na relação com os outros, nomeadamente com as figuras parentais (Gilbert, 1998a, 2000a, 2005; Gilbert et al., 2004; Gilbert, Baldwin, Irons, Baccus & Palmer, 2006).

Essas competências cognitivas (representação simbólica, teoria da mente e metacognição) têm origem desde cedo (Gilbert, 2003). Primeiro, os humanos tornam-se capazes de formar representações simbólicas dos objectos no mundo (nomeadamente do *eu*), o que implica uma auto-consciência do *eu*, e a capacidade para julgá-lo e atribuir-lhe valor (Gilbert, 2003, 2005). Um outro elemento crucial na evolução humana é a habilidade para compreender o que pode estar na mente das outras pessoas, permitindo-nos entender os sentimentos e as intenções dos outros (teoria da mente) (Gilbert, 2003, 2005, 2007). Ligada a estas habilidades está também a metacognição, que se refere à capacidade de reflectir sobre os nossos próprios sentimentos, pensamentos e comportamentos, dando-lhes significado e prevendo as possíveis consequências que terão nos outros, e como estes reagirão a elas (Gilbert, 2003, 2005, 2007). Estas três competências cognitivas não só dão ao ser humano flexibilidade mental, como formam as bases para a construção social, à medida que os indivíduos são socializados para perceber e internalizar as normas ou regras sociais, mediadas pelos padrões de aprovação ou desaprovação daqueles que lhes estão mais próximos (primeiro a família, e depois outros membros da sociedade fora do círculo familiar, como os pares) (Gilbert, 2002, 2003; Harder & Greenwald, 2000). É a partir daqui que vai surgir a visão do *eu* enquanto objecto ou agente social, e a capacidade para fazer juízos acerca do que os outros pensam em relação a nós (teoria da mente), e é também neste sentido que as mentalidades sociais vão guiar os indivíduos na criação de determinados papéis em relação aos outros, orientando-os na interpretação dos sinais sociais, e nas suas respostas afectivas e comportamentais aos mesmos (Gilbert, 1998a, 2000a, 2002, 2005; Gilbert et al., 2006).

Existem, portanto, mentalidades sociais específicas, de acordo com o leque de objectivos biossociais que os indivíduos são motivados a satisfazer, como as mentalidades de receber e de prestar cuidados, a sexual, a de cooperação e a de *ranking* social (Gilbert, 1998a, 2000a, 2005). No que se refere à mentalidade de *ranking* social esta actua em situações nas quais o sujeito se vê confrontado com a necessidade de competir por recursos, ou de obter ou manter o seu *rank/status*, ou acomodar-se àqueles com *rank* mais elevado (e.g., filhos em relação aos pais), dando lugar às posições de dominância e de subordinação nas relações

(Gilbert, 1998a, 2005). Nos humanos, por exemplo, preocupações de que possuímos determinados traços que são vistos pelos outros como indesejados, ou de que não possuímos determinadas capacidades valorizadas pelos outros (e.g., pais), gera a noção de um baixo *ranking* social (Harder & Greenwald, 2000).

Numa última instância, essas mesmas estratégias ou competências, que se desenvolvem para coordenar os papéis sociais com o mundo externo, podem ser recrutadas para o mundo interno, mais concretamente para as auto-avaliações internas (relação do *eu* com o *eu*) (Baldwin, 1992; Gilbert, 2000a; Gilbert et al., 2004, 2006). Por exemplo, quando os indivíduos fracassam em tarefas importantes, ou na consecução dos seus objectivos, estes podem apresentar diferentes formas de resposta a essa situação, entre elas, o auto-criticismo e a auto-tranquilização (Gilbert, 2000a; Gilbert et al., 2004).

1.1. Auto-criticismo

Segundo a teoria das mentalidades sociais, o auto-criticismo pode actuar como um tipo de ensaio interno de dominância-subordinação (relação do *eu* com o *eu*), no qual uma parte do *eu* é crítica e ataca, acusa ou condena, com sentimento de hostilidade e raiva, e a outra (a parte que se sente vencida) é subordinada e experimenta os efeitos de ser atacada, respondendo com sentimentos de inferioridade (baixo *rank*), derrota e submissão (Gilbert, 2000a; Gilbert, Birchwood, Gilbert, Trower, Hay, Murray, Meaden, Olsen & Milles., 2001; Gilbert et al., 2004, 2006; Gilbert & Irons, 2005; Whelton & Greenberg, 2005). A pessoa passa então a interagir num modelo interno de dominância-subordinação (Gilbert, 2000a), onde é importante notar o poder da parte crítica do *eu*, e as respostas e afectos desencadeados na parte subordinada e derrotada do *eu* (Gilbert et al., 2006).

O auto-criticismo, neste modelo, é elaborado não como um processo unitário, mas sim multidimensional, envolvendo diferentes formas, funções e emoções associadas (Gilbert et al., 2004), e aparecendo, efectivamente, em contextos de fracasso, num panorama mais crítico e negativo em relação ao *eu*. Podem-se ainda distinguir duas formas de auto-criticismo, orientadas para um *eu inadequado* e um *eu detestado* (Gilbert et al., 2004, 2006). O *eu inadequado* prende-se com sentimentos de derrota e inadequação do *eu* pelas suas falhas e erros, enquanto o *eu detestado* se orienta para sentimentos de raiva, repulsa, aversão e ódio dirigidos ao *eu*, com respostas mais destrutivas, persecutórias e agressivas, e desejo de se magoar a si mesmo (Gilbert et al., 2004, 2006). Cada uma destas formas de auto-criticismo associa-se ainda a funções distintas. Assim, o auto-criticismo pode ocorrer com o intuito de promover uma *auto-correcção*, no sentido de melhorar o seu desempenho e corrigir o seu comportamento, prevenindo erros

futuros; este tipo de função associa-se especialmente com a forma do eu inadequado (Gilbert et al., 2004). No entanto, o auto-criticismo pode revestir-se de uma componente mais agressiva de *auto-ataque*, manifestando aversão pelo eu e desejo de se magoar ou vingar pelas suas falhas; a este tipo de função liga-se sobretudo o eu detestado, sendo considerado mais patogénico (Gilbert et al., 2004). Desta forma, as funções e razões pelas quais os sujeitos se auto-criticam e atacam (auto-correcção ou auto-ataque) podem determinar as formas que o criticismo pode tomar (foco na inadequação do eu – eu inadequado, ou no ódio pelo eu – eu detestado) (Gilbert et al., 2004).

O auto-criticismo é activado quando as pessoas falham em tarefas importantes, ou quando as coisas correm mal, e tem origem na infância (Blatt, Quinlan, Chevron, McDonald & Zuroff, 1982; Blatt & Zuroff, 1992, cit. in Gilbert & Irons, 2005), na medida em que, desde cedo, a criança tem de aprender a executar as suas estratégias e papéis e desenvolver representações do eu e dos outros que sejam apropriadas ao contexto social (Baldwin, 1992). Assim, em contextos de hostilidade, por exemplo, a adopção de estratégias de aproximação, confiança e abertura com os outros pode revelar-se altamente mal-adaptativa; ao invés, a atenção ao poder e à ameaça dos outros pode ser mais adaptativa e funcional (Gilbert & Irons, 2005). Neste seguimento, e de acordo com uma abordagem evolucionária, o auto-criticismo pode ser entendido como uma estratégia cognitivo-emocional defensiva ou de segurança (Gilbert & Irons, 2005). Desta forma, a condição para a activação do auto-criticismo recai na acessibilidade cognitiva às memórias de como os outros nos trataram em situações idênticas no passado – como críticos ou tranquilizadores (Baldwin, 1992; Gilbert, et al., 2006). Ao longo do tempo, esses esquemas interpessoais ou relacionais passam a formar a base para subsequentes auto-avaliações (Baldwin, 1992; Gilbert et al., 2006). Assim, podemos dizer que a componente crítica ou tranquilizadora das auto-avaliações deriva dos módulos e estratégias originalmente desenhadas para lidar com as relações sociais externas, e que foram internalizadas e recrutadas para a relação do eu com o eu (Gilbert, 2000a; Gilbert et al., 2004).

1.2. Experiências de subordinação na infância e auto-criticismo

Ao longo do seu desenvolvimento os indivíduos podem aprender a tratar-se a si mesmos como os outros os trataram no passado, na medida em que as experiências parentais influenciam a forma como os sujeitos se relacionam consigo mesmos quando adultos (Baldwin, 1992, 1997; Gilbert, 2003; Gilbert, Cheung, Grandfield, Campey & Irons, 2003; Gilbert et al., 2004, 2006). Mais concretamente, os pais podem, por exemplo, ameaçar, criticar, rejeitar, punir ou envergonhar as suas crianças pelos seus erros, ou submetê-las a posições de subordinação, o que

poderá contribuir para que estas crianças possam internalizar esta forma de auto-regulação (dominante-subordinado) na relação do *eu* com o *eu*, e construir uma visão de si negativa, pautada por sentimentos de se sentirem indesejados, defeituosos, inferiores e merecedores de ataque e crítica (Gilbert, 1998b, 2002; Gilbert et al., 2003, 2004, 2006). Esses sinais negativos de ataque, criticismo e vergonha por parte das figuras de vinculação desencadeiam, consequentemente, comportamentos defensivos de luta, fuga ou submissão (Gilbert, 2000a).

Este modelo de conceptualização da vinculação (*ranking* social) salienta a estrutura de *ranking* da família, já que as relações pais-filhos podem também ser conceptualizadas como relações de poder (dominância-subordinação), focando-se mais nas ameaças de dominância por parte dos pais e no comportamento de submissão por parte das crianças (Gilbert, et al., 2003). Efectivamente, uma criança que é repetidamente criticada, envergonhada ou rejeitada desenvolve um esquema interpessoal no qual os outros são vistos como poderosos, hostis e dominantes, e em que esta se sente vulnerável aos ataques e rejeições e remetida ao papel social de subordinação (Gilbert et al., 2006). Deste modo, são as experiências precoces com as figuras significativas que formam as bases para a construção de crenças em relação ao *eu* (Matos & Pinto-Gouveia, 2009). A exposição precoce a ameaças e experiências aversivas, que envolvam hostilidade e medo na infância, está associada a vulnerabilidades na saúde mental que podem ser traduzidas em sentimentos e cognições de auto-avaliação negativa (auto-criticismo) e problemas psicológicos e emocionais na adultez (Gilbert et al., 2003, 2006).

1.3. Auto-criticismo e psicopatologia

Efectivamente, o auto-criticismo encontra-se altamente associado com o sentimento de vergonha (sentir-se defeituoso e indesejado para os outros) (Gilbert, 1998b; Gilbert & Irons, 2005), e um vasto leque de problemas psicológicos. A ele se associam relações afiliativas e interpessoais pobres, sentimentos de subordinação e inferioridade (com comparações sociais negativas) e baixa aptidão para a auto-tranquilização (Gilbert et al., 2004, 2006). Além disso, o auto-criticismo parece constituir uma vulnerabilidade específica para a depressão (Blatt et al., 1982; Blatt & Zuroff, 1992, cit. in Gilbert et al., 2004; Gilbert et al., 2006). Contudo, parece ser a inaptidão para se defender a si mesmo dos seus próprios auto-ataques, ou escapar deles, que resulta em sintomatologia depressiva (Gilbert, 2000a; Greenberg, Elliot & Foerster, 1990, cit. in Gilbert et al., 2004; Gilbert et al., 2006; Whelton, 2000).

O facto de esta forma de auto-regulação poder funcionar como um sinal hostil interno, que actua como um sistema de auto-monitorização constantemente

atento às fraquezas e a condenar sucessivamente o *eu* (Gilbert & Irons, 2005), pode levar a que os sujeitos se sintam perseguidos pelos seus próprios ataques (Greenberg et al., 1990, cit. in Gilbert & Irons, 2005). Vários estudos têm vindo a confirmar esta condição (e.g., Gilbert et al., 2001), ao mostrarem que as imagens ou pensamentos que surgem no auto-criticismo são sentidos como dominantes e poderosos porque a pessoa se sente incapaz para lhes escapar ou contra-atacá-los, na medida em que são agressivos, sádicos, embaraçosos ou rejeitadores (Gilbert, 2000a). A qualidade dessas mensagens vai activar o sistema de ameaça-defesa, através da activação de emoções específicas e da produção de comportamentos defensivos de submissão e derrota (Gilbert, 2000a, 2007; Gilbert et al., 2001, 2003, 2006; Whelton & Greenberg, 2005). Deste modo, os sujeitos podem tornar-se submissos e desencorajados pelos seus próprios auto-ataques, usando os mesmos sistemas de resposta e afecto negativo que são utilizados nas relações externas, quando os outros os atacam ou ameaçam (Gilbert et al., 2006).

1.4. Submissão

Os comportamentos de submissão actuam como estratégias defensivas e adaptativas que servem para diminuir ou desactivar a agressão nos outros e reduzir a intenção hostil no dominante (Gilbert, 1998a, 2007), estando ligados a estruturas sociais de dominância-submissão que permitem a coesão e manutenção do grupo social. Se os outros são mais poderosos, continuam a criticar ou a ameaçar, e o sujeito não pode escapar deles, então será adaptativo adoptar um perfil submisso e de constante alerta às ameaças, na medida em que esta estratégia de segurança (submissão passiva) pode servir como auto-monitorização que assegure o não envolvimento ou a entrada em conflito com os mesmos (Gilbert, 2003, 2007). Neste sentido, a submissão permite enviar ao outro sinais de aceitação do estatuto social de subordinado e derrotado, sendo que este tipo de sinal habitualmente precipita o fim da agressão e o início da reconciliação social (Whelton & Greenberg, 2005).

Os comportamentos submissos baseados no medo são caracterizados pela inibição do comportamento assertivo, cessação automática de todos os comportamentos de iniciativa, desistência nos desafios, comportamento de liderança pobre em situações sociais e baixo afecto positivo (Gilbert, Allan, Brough, Melley & Miles, 2002; Gilbert et al., 2003; Whelton & Greenberg, 2005). Além disso, os estilos comportamentais de subordinação/submissão têm sido especialmente associados com a depressão, ansiedade social e vergonha externa (isto é, como o indivíduo pensa que os outros o vêem) (Allan & Gilbert, 1997, cit. in Gilbert et al., 2003; Gilbert, 2000b; Gilbert & Allan, 1998; Gilbert, et al., 2002, 2003). Deste modo se depreende que a fonte de grande parte da vulnerabilidade para a psicopatologia

na adultez parece estar na experiência do sujeito em se ter sentido ameaçado e subordinado na infância e na sua necessidade de usar defesas submissas (Gilbert, et al., 2003).

Objectivos

A presente investigação pretende averiguar em que medida a recordação de experiências de ameaça e subordinação na infância está relacionada e contribui para a aprendizagem e desenvolvimento de um estilo de auto-avaliação crítico e depreciativo e para a alta responsividade e propensão para a experiência de vergonha. Além disso, pretendemos explorar a relação entre a vergonha interna e o auto-criticismo e a manifestação de comportamentos defensivos de submissão. Hipotetizamos que os indivíduos mais auto-críticos possuem mais vergonha interna e apresentam mais comportamentos de submissão e maior vulnerabilidade para manifestar sintomatologia depressiva. Por último, este estudo pretende explorar a contribuição das experiências de ameaça e subordinação na infância, da vergonha e do auto-criticismo para a variância da submissão e, posteriormente, da depressão.

2. Método

Participantes

A amostra deste estudo é constituída por 263 indivíduos da população normal (88 do sexo masculino (33.46%) e 175 do sexo feminino (66.54%)), com idades compreendidas entre os 18 e os 25 anos de idade. Os participantes eram estudantes do ensino superior, pertencentes a várias faculdades da Universidade de Coimbra (FMUC, FDUC, FCTUC, FLUC, FPCEUC) e ao Instituto Politécnico de Coimbra. Os sujeitos foram recrutados aleatória e voluntariamente.

Quadro 1. Características gerais da amostra: sexo, idade e anos de escolaridade

	Masculino (N=88)		Feminino (N=175)		Total (N=263)		t	df	p
	M	DP	M	DP	M	DP			
Idade	22.31	1.90	20.37	1.66	21.02	1.97	8.48	261	.000
Anos de Escolaridade	16.31	1.90	14.37	1.66	15.02	1.97	8.48	261	.000

Pela análise do Quadro 1, verifica-se a existência de diferenças estatisticamente significativas entre o sexo masculino e o sexo feminino no que diz respeito à idade [$t(261) = 8.48; p = .000$], com os homens a serem mais velhos do que as mulheres (sexo masculino: $M = 22.31, DP = 1.90$; sexo feminino: $M = 20.37, DP = 1.66$), e nos anos de escolaridade [$t(261) = 8.48; p = .000$], com os homens a apresentarem

mais anos de escolaridade do que as mulheres (sexo masculino: $M = 16.31$, $DP = 1.90$; sexo feminino: $M = 14.37$, $DP = 1.66$).

Dada a existência destas diferenças entre os sexos, ao nível da idade e dos anos de escolaridade, procurou-se averiguar se havia diferenças estatisticamente significativas entre o sexo, a idade, os anos de escolaridade e as restantes variáveis em estudo. Os resultados mostraram que as diferenças não eram estatisticamente significativas, pelo que decidimos fazer as análises estatísticas para a amostra total. No que concerne ao estado civil e nível sócio-económico não existem diferenças significativas visto que todos os indivíduos pertencentes à amostra são solteiros e estudantes.

Instrumentos

Experiências parentais

Early Life Experiences Scale (ELES, Gilbert, P., Cheung, M., Granfield, T., Campey, F. & Irons, C., 2003; Tradução e adaptação: Lopes, B. & Pinto-Gouveia, J., 2005) é um instrumento de auto-resposta composto por 16 itens que pretendem avaliar a percepção de ameaça e submissão durante a infância. É formado por 3 sub-escalas (*Ameaça percebida*, *Submissão* e *(Des)valorização*), que se focam na evocação de memórias de ameaça percebida e de sentimentos e comportamentos de subordinação por parte das figuras de vinculação. Na versão original da ELES, os *alphas* de Cronbach foram de .92 para o total da escala, .89 para a sub-escala de *Ameaça percebida*, .85 para a de *Submissão*, e .71 para a *(Des)valorização*. No nosso estudo, os valores de consistência interna obtidos foram de: .87 para o total da ELES; .79 na sub-escala *Ameaça percebida*; .77 na *Submissão*; e .68 na sub-escala de *(Des)valorização*.

Vergonha

Other As Shamer Scale (OAS, Goss, K., Gilbert, P. & Allan, S., 1994; Tradução e adaptação: Lopes, B., Pinto-Gouveia, J. & Castilho, P., 2005) é um instrumento de auto-resposta que pretende avaliar a vergonha externa, sendo constituído por 18 afirmações onde o indivíduo deve assinalar os sentimentos ou experiências referentes à sua percepção de como os outros o julgam ou vêem. No estudo original realizado pelos autores (Goss et al., 1994), a análise factorial desta escala mostrou a existência de três factores ou sub-escalas: *Inferioridade*, referente ao sentimento de ser visto pelos outros como inferior; *Vazio*, que avalia a percepção de ser encarado pelos outros como um ser vazio; e *Erro*, reportando-se à forma como o indivíduo considera que os outros se comportam quando o observam a

cometer erros. No que diz respeito à consistência interna desta escala, o estudo original dos autores (Goss et al., 1994), apontou um valor elevado ($\alpha = .92$). No nosso estudo, apenas utilizámos o valor total desta escala, que apresentou uma boa consistência interna, com um *alpha* de Cronbach de .90.

Escala de Vergonha Interna (Matos, M. & Pinto-Gouveia, J.; Estudo das características psicométricas da versão portuguesa da ISS - *Internalized Shame Scale*, de Cook (1996), com tradução e adaptação de Matos e Pinto Gouveia (2006). Manuscrito em preparação.), é um instrumento de auto-resposta constituído por 29 itens, que se referem a descrições fenomenológicas de experiências de vergonha. Os itens seguem uma abordagem da vergonha enquanto “traço” e exploram avaliações globais negativas do *eu*. Esta versão portuguesa da escala apresenta boas propriedades psicométricas, tendo sido encontrado um valor elevado de consistência interna para os 23 itens considerados no factor *Vergonha* ($\alpha = .95$). No nosso estudo, o *alpha* de Cronbach obtido foi de .95 para a sub-escala *Vergonha*.

Auto-criticismo

Escala das Formas de Auto-Criticismo e Auto-Tranquilização (Castilho, P. & Pinto-Gouveia, J.; Estudo das características psicométricas da versão portuguesa da FSCRS – *Forms of Self-Criticizing/Attacking and Self-Reassuring Scale*, de Gilbert, Clarke, Hempel, Miles & Irons (2004), com tradução e adaptação de Castilho e Pinto-Gouveia (2004). Manuscrito em submissão.) é um instrumento de auto-resposta composto por um conjunto de 22 itens que pretendem avaliar a forma como os sujeitos se auto-avaliam (com respostas críticas ou de tranquilização) perante situações de fracasso. No estudo original realizado pelos autores (Gilbert et al., 2004), a análise factorial desta escala mostrou a existência de três factores ou sub-escalas: *Eu inadequado*, que avalia uma forma do auto-criticismo focada no sentimento de inadequação em relação ao *eu* e de derrota perante falhas e fracassos; *Eu detestado*, que avalia o auto-criticismo sob uma forma mais agressiva e destrutiva, caracterizada por um sentimento de repulsa e raiva direccionado para si mesmo; e *Eu tranquilizador*, reportando-se a uma atitude mais positiva, tranquilizadora e apoiante para com o próprio, perante situações de fracasso e erro. No estudo original, a escala demonstrou uma boa consistência interna, com *alphas* de Cronbach para o *Eu inadequado* de .90, *Eu detestado* de .86 e *Eu tranquilizador* de .86. Na versão portuguesa os *alphas* de Cronbach obtidos foram: .89 para a sub-escala *Eu inadequado*, .62 para a sub-escala *Eu detestado* e .87 para a sub-escala *Eu tranquilizador*. No nosso estudo, a FSCRS apresentou uma boa consistência interna, com valores de *alpha* de Cronbach de .84 e .86, para as sub-escalas de *Eu inadequado* e de *Eu tranquilizador*. Para a sub-escala de *Eu detestado* o *alpha* de Cronbach encontrado foi de .43.

Escala das Funções do Auto-Criticismo (Castilho, P. & Pinto-Gouveia, J.; Estudo das características psicométricas da versão portuguesa da FSCS – *Functions of Self-Criticizing/Attacking Scale*, de Gilbert, Clarke, Hempel, Miles & Irons (2004), com tradução e adaptação de Castilho e Pinto-Gouveia (2004). Manuscrito em submissão.) é um instrumento de auto-resposta composto por um conjunto de 21 itens que reflectem possíveis funções e razões para o auto-criticismo. No estudo original realizado pelos autores (Gilbert et al., 2004), esta escala apresentou dois factores, ou funções do auto-criticismo: *Auto-correcção*, enquanto função do auto-criticismo direccionada para a melhoria e aperfeiçoamento do próprio comportamento e prevenção de erros futuros, na tentativa de evitar tornar-se preguiçoso e inadequado; e *Auto-ataque*, que avalia uma função do auto-criticismo mais punitiva e agressiva, baseada num desejo de magoar e destruir o próprio e numa atitude de castigo e vingança contra o *eu*, pelos seus erros e falhas cometidas. Na versão original, a consistência interna foi muito boa, com um *alpha* de .92 para a sub-escala de *Auto-correcção*, e também para a sub-escala de *Auto-ataque*. Na versão portuguesa os *alphas* de Cronbach obtidos foram: .91 para a *Auto-correcção* e .87 para o *Auto-ataque*. Para o nosso estudo, os valores de *alpha* de Cronbach foram de .91 no factor *Auto-correcção* e de .57 na sub-escala de *Auto-ataque*.

Submissão

Submissive Behaviour Scale (SBS, Gilbert et al., 2004; Tradução e adaptação: Castilho, P. & Pinto-Gouveia, J., 2004) é um instrumento de auto-resposta constituído por um conjunto de 16 itens que avaliam a frequência de comportamentos de submissão, através do modo como as pessoas se comportam em relação a situações sociais. No estudo original realizado pelos autores (Gilbert et al., 2004), encontrou-se uma boa consistência interna, com um *alpha* de Cronbach de .85. No nosso estudo, obtivemos um *alpha* de .81.

Psicopatologia

Escala de Ansiedade, Depressão e Stress (DASS-42, Lovibond & Lovibond, 1995; Tradução e adaptação: EADS-42, Pais-Ribeiro, J., Honrado, A. & Leal, I., 2004) é constituída por 42 itens, remetendo, cada um, para sintomas emocionais negativos. Pretende avaliar os estados afectivos das três dimensões constituintes do modelo tripartido de Clark e Watson (1991), possuindo para isso 3 sub-escalas, cada uma constituída por 14 itens: *Depressão*, que avalia sintomas como a disforia, a anedonia e a falta de interesse ou de envolvimento; *Ansiedade*, que avalia sintomas relativos à tensão somática e a experiências subjectivas de ansiedade; e *Stress*, que se foca em sintomas relacionados com a dificuldade em relaxar, a excitação nervosa e a impaciência. A versão portuguesa das escalas (Pais-Ribeiro

et al., 2004) apresentou boas consistências internas, semelhantes às da versão original de Lovibond e Lovibond (1995): .93 para a *Depressão* ($\alpha = .91$ na versão original); .83 para a *Ansiedade* ($\alpha = .84$ na versão original); e .88 para o *Stress* ($\alpha = .90$ na versão original). No nosso estudo, os valores de *alpha* de Cronbach obtidos foram igualmente bons e semelhantes aos originais: *Depressão* com .92, *Ansiedade* com .85, e *Stress* com .90.

Procedimentos

Procedimentos metodológicos

À bateria de instrumentos de auto-resposta acima descrita, juntou-se uma folha de rosto com uma explicação breve e simples dos objectivos do estudo, à qual se seguiu uma recolha de dados demográficos. Nessa página inicial, fez-se ainda referência ao anonimato dos participantes, à confidencialidade das respostas e à importância do preenchimento completo das escalas. Esta bateria foi entregue aos participantes, pela autora do estudo, em contexto de sala de aula, após o consentimento dos professores responsáveis por essas mesmas aulas. Os aspectos apresentados na folha de rosto, tal como a explicação do estudo, o anonimato e a importância do preenchimento global de todos os itens das escalas, foram reforçados pela autora do estudo antes da entrega dos protocolos de investigação aos participantes.

Procedimentos estatísticos

Para o tratamento estatístico dos dados utilizámos o SPSS (versão 17.0), através do qual foi realizada a estatística descritiva, como o cálculo das médias e desvios-padrão na descrição da amostra e das variáveis em estudo. Para comparar pares de médias procedeu-se ao cálculo de testes T de *student*; já em termos de estatística correlacional, procedemos ao cálculo das correlações de *Pearson*; e efectuámos igualmente análises de regressão linear (método *enter*).

3. Resultados

Estudo das diferenças de género das variáveis em estudo

Neste estudo, procurámos averiguar a existência de diferenças estatisticamente significativas na amostra, entre os sujeitos do sexo masculino e feminino, nas variáveis em estudo. Para isso, calculámos, para cada sexo, os valores das médias e desvios-padrão para todas as variáveis em estudo, bem como os valores de *t* e *p*, recorrendo à técnica paramétrica T de *student* (Quadro 2).

Quadro 2. Médias, desvios-padrão e respectivos testes T de student das variáveis em estudo

	Masculino (N=88)		Feminino (N=175)		t	df	p
	M	DP	M	DP			
ELES Total	29.24	8.82	29.14	9.04	.09	261	.931
ELES Ameaça Percebida	10.88	4.02	10.59	4.09	.53	261	.598
ELES Submissão	11.23	4.12	11.25	3.93	-.04	261	.972
OAS	16.28	10.25	17.46	9.69	-.91	261	.365
ISS Vergonha	22.50	16.27	28.28	15.70	-2.78	261	.006
FSCRS Eu Inadequado	12.44	6.61	14.38	6.18	-2.35	261	.020
FSCRS Eu Detestado	.73	1.04	.93	1.40	-1.21	261	.227
FSCRS Eu Tranquilizador	21.55	5.36	20.44	5.47	1.56	261	.121
FSCS Auto-correcção	19.97	9.95	15.37	8.34	3.95	261	.000
FSCS Auto-ataque	2.97	3.26	2.47	2.98	1.24	261	.217
SBS	17.48	8.06	18.19	7.67	-.70	261	.482
EADS Depressão	4.41	5.14	5.32	6.34	-1.17	261	.244

Os dados permitiram-nos apontar diferenças estatisticamente significativas entre sexos ao nível dos valores obtidos nas seguintes sub-escalas: *Auto-correcção* (FSCS) [$t(261) = 3.95; p = .000$], com os sujeitos do sexo masculino a apresentarem valores mais elevados ($M = 19.97; DP = 9.95$); *Vergonha* (ISS) [$t(261) = -2.78; p = .006$] e *Eu inadequado* (FSCRS) [$t(261) = -2.35; p = .020$], com os sujeitos do sexo feminino a registarem, relativamente a estas variáveis, pontuações significativamente mais elevadas (*Vergonha*: $M = 28.28; DP = 15.70$; *Eu inadequado*: $M = 14.38; DP = 6.18$). Por esta razão controlámos o efeito do género numa análise de regressão em relação a estas medidas, colocando o género no primeiro passo da equação de regressão. Verificámos que o género não se revelou um preditor significativo, não provocando qualquer alteração aos resultados das variáveis predictoras. Com base nisto, decidimos que todas as análises estatísticas seriam realizadas na amostra total.

Recordação de experiências de ameaça e subordinação na infância, vergonha e submissão

Recordação de experiências de ameaça e subordinação na infância e comportamentos de submissão

De modo a avaliar a relação entre a recordação de experiências de ameaça e subordinação na infância medida pela ELES e os comportamentos de submissão, avaliados pela SBS, procedemos a uma análise de correlação de *Pearson*. Os resultados obtidos mostraram que a submissão (SBS) apresentou correlações moderadas com a sub-escala *Submissão* (ELES) ($r = .47; p < .01$) e com o valor total da ELES ($r = .44; p < .01$), e baixa com a sub-escala *Ameaça percebida* (ELES) ($r = .34; p < .01$).

Vergonha e comportamentos de submissão

De forma a analisarmos a relação entre a vergonha, avaliada pela OAS e pela ISS, e os comportamentos de submissão, avaliados pela SBS, procedemos a uma análise de correlação de *Pearson*. A partir da análise das correlações verificámos que a submissão (SBS) apresentou uma correlação significativa alta com a vergonha interna (*Vergonha* da ISS) ($r = .62$; $p < .01$) e moderada com a vergonha externa (OAS) ($r = .54$; $p < .01$).

Com o intuito de explorar a contribuição relativa destas variáveis (recordação de experiências de subordinação, vergonha externa e vergonha interna) para a variância da submissão, realizámos análises de regressão múltipla hierárquica ou por blocos, utilizando a sub-escala *Submissão* da ELES, a OAS e a sub-escala *Vergonha* da ISS como variáveis independentes ou preditoras, e a SBS como variável critério ou dependente (Quadro 3).

Quadro 3. Análise de regressão múltipla hierárquica ou por blocos para a sub-escala *Submissão* da ELES, a OAS e a sub-escala *Vergonha* da ISS (variáveis independentes) sobre a SBS (variável dependente)

Preditores	R	R ²	B	β	F change	t	p
Modelo 1	.47	.22			72.53		.000
ELES Submissão			.91	.47		8.52	.000
Modelo 2	.65	.42			45.41		.000
ELES Submissão			.40	.20		3.68	.000
OAS			.05	.07		.81	.419
ISS Vergonha			.22	.47		5.81	.000

Os dados apresentados no Quadro 3 mostraram que no modelo 1 a sub-escala *Submissão* da ELES explica 22% da variância da submissão (SBS) ($F(261) = 75.53$; $p = .000$). No modelo 2, quando entrou na equação a vergonha externa (OAS) e a vergonha interna (*Vergonha* da ISS) verificou-se pelo valor do Beta estandarizado que apenas a sub-escala *Submissão* da ELES ($\beta = .20$; $t = 3.68$; $p = .000$) e a vergonha interna (*Vergonha* da ISS) ($\beta = .47$; $t = 5.81$; $p = .000$) constituem preditores significativos da submissão (SBS).

Recordação de experiências de ameaça e subordinação na infância, auto-criticismo e comportamentos de submissão

Recordação de experiências de ameaça e subordinação na infância e auto-criticismo

Com o objectivo de avaliar a relação entre a recordação de experiências de ameaça e subordinação na infância medida pela ELES e as formas e funções do

auto-criticismo, avaliadas pela FSCRS e pela FSCS respectivamente, procedemos a uma análise de correlação de *Pearson*.

A partir dos dados obtidos, verificámos que a sub-escala *Eu inadequado* (FSCRS) apresentou correlações positivas baixas com a sub-escala *Submissão* da ELES ($r = .37; p < .01$), com o valor total da ELES ($r = .32; p < .01$), e com a sub-escala *Ameaça percebida* (ELES) ($r = .26; p < .01$). Por sua vez, a sub-escala *Eu detestado* da FSCRS mostrou correlações baixas significativas com as sub-escalas *Ameaça percebida* (ELES) ($r = .21; p < .01$), com o valor total da escala ELES ($r = .21; p < .01$) e com a sub-escala *Submissão* (ELES) ($r = .19; p < .01$). Relativamente à sub-escala *Eu tranquilizador* (FSCRS), esta apresentou correlações baixas significativas com o valor total da escala ELES ($r = -.30; p < .01$), a sub-escala *Submissão* (ELES) ($r = -.29; p < .01$) e a sub-escala *Ameaça percebida* (ELES) ($r = -.19; p < .01$). A *Auto-correcção* da FSCS apresentou uma correlação positiva significativa com a sub-escala *Submissão* da ELES ($r = .15; p < .05$). A sub-escala *Auto-ataque* (FSCS) apresentou correlações positivas e estatisticamente significativas com a sub-escala *Submissão* (ELES) ($r = .22; p < .01$), com o total da ELES ($r = .20; p < .01$) e com as sub-escalas *Ameaça percebida* (ELES) ($r = .17; p < .01$).

Auto-criticismo e comportamentos de submissão

De modo a analisar a relação entre as formas e funções do auto-criticismo, avaliadas pela FSCRS e pela FSCS respectivamente, e a submissão, medida pela SBS, procedemos a uma análise de correlação de *Pearson*. Os resultados obtidos mostram que a submissão (SBS) apresentou correlações moderadas com a sub-escala *Eu inadequado* (FSCRS) ($r = .45; p < .01$), baixas com a sub-escala *Auto-ataque* (FSCS) ($r = .36; p < .01$), *Eu detestado* (FSCRS) ($r = .32; p < .01$) e *Eu tranquilizador* (FSCRS) ($r = -.32; p < .01$), e muito baixas com as sub-escalas *Auto-correcção* (FSCS) ($r = .16; p < .01$).

Estudo de comparação entre grupos de indivíduos mais e menos auto-críticos

No sentido de perceber se os indivíduos mais auto-críticos se distinguem dos indivíduos menos auto-críticos nas variáveis em estudo, comparámos os grupos com maior e menor pontuação na sub-escala *Eu inadequado* (FSCRS) com as restantes variáveis em estudo. Para isso, constituímos dois grupos a partir da média e desvio-padrão da forma *Eu inadequado* do auto-criticismo, avaliada pela FSCRS, e de seguida calculámos testes T de *student* para esses grupos, com o objectivo de verificar a existência de diferenças significativas entre as medidas sugeridas (ELES, OAS, *Vergonha* da ISS, SBS, *Depressão* da EADS-42), entre os grupos (Quadro 4).

Quadro 4. Diferenças entre grupos de indivíduos mais e menos auto-críticos, formados a partir da sub-escala *Eu inadequado* da FSCRS, nas variáveis da ELES, OAS, Vergonha da ISS, SBS e Depressão da EADS-42

	Grupo1 (N=41)		Grupo2 (N=37)		t	df	P
	M	DP	M	DP			
ELES Total	24.46	5.23	33.38	9.02	-5.40	76	.000
ELES Ameaça Percebida	8.66	2.35	12.11	4.14	-4.59	76	.000
ELES Submissão	8.98	3.10	13.68	3.75	-6.05	76	.000
OAS	9.51	5.87	27.43	10.14	-9.66	76	.000
ISS Vergonha	11.41	7.69	46.86	14.25	-13.86	76	.000
SBS	13.56	6.76	24.19	8.07	-6.33	76	.000
EADS Depressão	1.71	2.11	11.92	9.66	-6.60	76	.000

Grupo1 = Menos auto-crítico; Grupo2 = Mais auto-crítico

A comparação entre os dois grupos revelou diferenças estatisticamente significativas com os sujeitos mais auto-críticos (isto é, com *Eu inadequado* mais elevado) a distinguirem-se dos sujeitos menos auto-críticos, ao apresentarem valores médios mais elevados em todas as medidas estudadas.

Com base nos resultados obtidos até agora, procurámos explorar melhor a contribuição relativa destas variáveis para a submissão (SBS). Para tal, realizámos análises de regressão múltipla hierárquica ou por blocos, utilizando a sub-escala *Submissão* da ELES, e as sub-escalas *Eu inadequado* e *Eu detestado* da FSCRS como variáveis independentes ou preditoras, e a SBS como variável critério ou dependente (Quadro 5).

Quadro 5. Análise de regressão múltipla hierárquica ou por blocos para a sub-escala *Submissão* da ELES, e as sub-escalas *Eu inadequado* e *Eu detestado* da FSCRS (variáveis independentes) sobre a SBS (variável dependente)

Preditores	R	R ²	B	β	F change	t	P
Modelo 1	.47	.22			72.53		.000
ELES Submissão			.91	.47		8.52	.000
Modelo 2	.57	.32			19.53		.000
ELES Submissão			.67	.34		6.24	.000
FSCRS <i>Eu Inadequado</i>			.32	.26		4.19	.000
FSCRS <i>Eu Detestado</i>			.80	.13		2.26	.024

Os resultados apresentados no Quadro 5 mostraram que no modelo 1 a sub-escala *Submissão* da ELES explicou 22% da variância da submissão (SBS) ($F(261) = 75.53$; $p = .000$). No modelo 2, quando incluímos o auto-criticismo (*Eu inadequado* e *Eu detestado* da FSCRS), verificámos pelo valor do Beta estandardizado que tanto a sub-escala *Submissão* da ELES ($\beta = .34$; $t = 6.24$; $p = .000$), como as sub-escalas *Eu*

inadequado ($\beta = .26$; $t = 4.19$; $p = .000$) e *Eu detestado* ($\beta = .13$; $t = 2.26$; $p = .024$) da FSCRS se revelaram preditoras da submissão (SBS).

Repetimos este mesmo procedimento utilizando a sub-escala *Submissão* da ELES e a sub-escala *Auto-ataque* da FSCS como variáveis independentes ou preditoras, e a SBS como variável critério ou dependente (Quadro 6).

Quadro 6. Análise de regressão múltipla hierárquica ou por blocos para a sub-escala Submissão da ELES e a sub-escala Auto-ataque da FSCS (variáveis independentes) sobre a SBS (variável dependente)

Preditores	R	R ²	B	β	F change	t	p
Modelo 1	.47	.22			72.53		.000
ELES Submissão			.91	.47		8.52	.000
Modelo 2	.54	.29			25.24		.000
ELES Submissão			.80	.41		7.62	.000
FSCS Auto-ataque			.68	.27		5.02	.000

Os dados apresentados no Quadro 6 mostram que no modelo 1 a sub-escala *Submissão* da ELES explicou 22% da variância da submissão (SBS) ($F(261) = 75.53$; $p = .000$). No modelo 2, quando entrou na equação o auto-criticismo (*Auto-ataque* da FSCS) verificou-se pelo valor do Beta estandardizado que tanto a sub-escala *Submissão* da ELES ($\beta = .41$; $t = 7.62$; $p = .000$), como o auto-criticismo (*Auto-ataque* da FSCS) ($\beta = .27$; $t = 5.02$; $p = .000$) constituíram preditoras da submissão (SBS).

Por último, na tentativa de compreender a contribuição da vergonha, realizámos análises de regressão múltipla hierárquica ou por blocos, com as sub-escalas *Submissão* da ELES, *Vergonha* da ISS, *Eu inadequado* da FSCRS e *Auto-ataque* da FSCS como variáveis independentes ou preditoras, e a SBS como variável critério ou dependente (Quadro 7).

Quadro 7. Análise de regressão múltipla hierárquica ou por blocos para as sub-escalas Submissão da ELES, Vergonha da ISS, Eu inadequado da FSCRS e Auto-ataque da FSCS (variáveis independentes) sobre a SBS (variável dependente)

Preditores	R	R ²	B	β	F change	t	p
Modelo 1	.47	.22			72.53		.000
ELES Submissão			.91	.47		8.52	.000
Modelo 2	.65	.42			90.29		.000
ELES Submissão			.41	.21		3.89	.000
ISS Vergonha			.25	.52		9.50	.000
Modelo 3	.66	.43			2.80		.063
ELES Submissão			.41	.21		3.88	.000
ISS Vergonha			.23	.47		6.72	.000
FSCRS Eu Inadequado			-.01	-.01		-.14	.887
FSCS Auto-ataque			.31	.12		2.33	.020

Os resultados apresentados no Quadro 7 indicam-nos que no modelo 1 a sub-escala *Submissão* da ELES explicou 22% da variância da submissão (SBS) ($F(261) = 75.53; p = .000$). Quando no modelo 2 incluímos a vergonha interna (*Vergonha* da ISS) verificámos, através da análise do valor do Beta estandardizado, que tanto a sub-escala *Submissão* da ELES ($\beta = .21; t = 3.89; p = .000$) como a vergonha interna (*Vergonha* da ISS) ($\beta = .52; t = 9.50; p = .000$) constituíram preditoras da submissão (SBS). No modelo 3, quando entrou na equação o auto-criticismo (*Eu inadequado* da FSCRS e *Auto-ataque* da FSCS), verificou-se pelo valor do Beta estandardizado, que apenas as sub-escalas *Submissão* da ELES ($\beta = .21; t = 3.88; p = .000$), *Vergonha* da ISS ($\beta = .47; t = 6.72; p = .000$) e *Auto-ataque* da FSCS ($\beta = .12; t = 2.33; p = .020$) se revelaram preditoras da submissão (SBS).

Auto-criticismo, vergonha, comportamentos de submissão e depressão

Auto-criticismo, vergonha e depressão

De modo a avaliar a relação entre as formas e funções do auto-criticismo, avaliadas pela FSCRS e pela FSCS, a vergonha, medida pela OAS e pela ISS, e a sintomatologia depressiva, avaliada pela EADS-42, procedemos a uma análise de correlação de *Pearson*.

Os resultados obtidos mostram que a sintomatologia depressiva (*Depressão* da EADS-42) apresentou correlações moderadas com a vergonha interna (*Vergonha* da ISS) ($r = .65; p < .01$), a vergonha externa (OAS) ($r = .58; p < .01$), a sub-escala *Eu inadequado* (FSCRS) ($r = .58; p < .01$), a sub-escala *Eu detestado* (FSCRS) ($r = .47; p < .01$), e a sub-escala *Eu tranquilizador* ($r = -.45; p < .01$), baixa com a sub-escala *Auto-ataque* (FSCS) ($r = .37; p < .01$), e muito baixa com a sub-escala *Auto-correcção* (FSCS) ($r = .09; p < .01$).

Comportamentos de submissão e depressão

Com o objectivo de avaliar a relação entre os comportamentos de submissão, medidos pela SBS, e a sintomatologia depressiva, avaliada pela EADS-42, realizámos uma análise de correlação de *Pearson*. Os dados apresentados mostram-nos que a sintomatologia depressiva (*Depressão* da EADS-42) apresentou uma correlação positiva e estatisticamente significativa com a submissão (SBS) ($r = .36; p < .01$).

Procurámos avaliar a contribuição relativa destas variáveis (vergonha, auto-criticismo e submissão) para a sintomatologia depressiva. Para tal, realizámos análises de regressão múltipla hierárquica ou por blocos, utilizando a OAS, a sub-escala *Vergonha* da ISS, a sub-escala *Eu inadequado* da FSCRS e a SBS como

variáveis independentes ou preditoras, e a sub-escala *Depressão* da EADS-42 como variável critério ou dependente (Quadro 8).

Quadro 8. Análise de regressão múltipla hierárquica ou por blocos para a OAS, a sub-escala *Vergonha* da ISS, a sub-escala *Eu inadequado* da FSCRS e a SBS (variáveis independentes) sobre a sub-escala *Depressão* da EADS-42 (variável dependente)

Preditores	R	R ²	B	β	F change	t	p
Modelo 1	.66	.43			97.69		.000
OAS			.10	.17		2.16	.032
ISS Vergonha			.19	.51		6.53	.000
Modelo 2	.68	.46			13.83		.000
OAS			.09	.15		1.94	.053
ISS Vergonha			.13	.36		4.21	.000
FSCRS Eu Inadequado			.22	.24		3.72	.000
Modelo 3	.68	.46			2.27		.133
OAS			.10	.16		2.07	.039
ISS Vergonha			.15	.41		4.48	.000
FSCRS Eu Inadequado			.22	.24		3.77	.000
SBS			-.07	-.09		-1.51	.133

Os resultados apresentados no Quadro 8 indicam-nos que no modelo 1 a vergonha (OAS e *Vergonha* da ISS) explicou 43% da variância da sintomatologia depressiva (*Depressão* da EADS-42) ($F(260) = 97.69; p = .000$). Quando no modelo 2 incluímos na equação o auto-criticismo (*Eu inadequado* da FSCRS) verificámos, através da análise do coeficiente do Beta estandardizado, que apenas a vergonha interna (*Vergonha* da ISS) ($\beta = .36; t = 4.21; p = .000$) e o auto-criticismo (*Eu inadequado* da FSCRS) ($\beta = .24; t = 3.72; p = .000$) constituíram preditoras da sintomatologia depressiva (*Depressão* da EADS-42). No modelo 3, quando entrou na equação a submissão (SBS), verificou-se pelo valor do Beta estandardizado que apenas a vergonha externa (OAS) ($\beta = .16; t = 2.07; p = .039$), a vergonha interna (*Vergonha* da ISS) ($\beta = .41; t = 4.48; p = .000$) e o auto-criticismo (*Eu inadequado* da FSCRS) ($\beta = .24; t = 3.77; p = .000$) se revelaram preditoras da sintomatologia depressiva (*Depressão* da EADS-42).

Repetimos este mesmo procedimento utilizando a OAS, a sub-escala *Vergonha* da ISS, a sub-escala *Auto-ataque* da FSCS e a SBS como variáveis independentes ou preditoras, e a sub-escala *Depressão* da EADS-42 como variável critério ou dependente (Quadro 9).

Quadro 9. Análise de regressão múltipla hierárquica ou por blocos para a OAS, a sub-escala Vergonha da ISS, a sub-escala Auto-ataque da FSCS e a SBS (variáveis independentes) sobre a sub-escala Depressão da EADS-42 (variável dependente)

Preditores	R	R ²	B	β	F change	t	p
Modelo 1	.66	.43			97.69		.000
OAS			.10	.17		2.16	.032
ISS Vergonha			.19	.51		6.53	.000
Modelo 2	.67	.44			5.99		.015
OAS			.09	.16		1.99	.047
ISS Vergonha			.17	.47		5.95	.000
FSCS Auto-ataque			.24	.13		2.45	.015
Modelo 3	.67	.45			3.04		.083
OAS			.10	.17		2.14	.034
ISS Vergonha			.19	.52		6.21	.000
FSCS Auto-ataque			.27	.14		2.68	.008
SBS			-.08	-.10		-1.74	.083

Os resultados apresentados no Quadro 9 indicam-nos que no modelo 1 a vergonha (OAS e *Vergonha* da ISS) explicou 43% da variância da sintomatologia depressiva (*Depressão* da EADS-42) ($F(260) = 97.69$; $p = .000$). Quando no modelo 2 incluímos na equação o auto-criticismo (*Auto-ataque* da FSCS) verificámos, através da análise do coeficiente do Beta estandardizado, que a vergonha externa (OAS) ($\beta = .16$; $t = 1.99$; $p = .047$), a vergonha interna (*Vergonha* da ISS) ($\beta = .47$; $t = 5.95$; $p = .000$) e o auto-criticismo (*Auto-ataque* da FSCS) ($\beta = .13$; $t = 2.45$; $p = .015$) constituíram preditoras da sintomatologia depressiva (*Depressão* da EADS-42). No modelo 3, quando entrou na equação a submissão (SBS), verificou-se pelo valor do Beta estandardizado que apenas a vergonha externa (OAS) ($\beta = .17$; $t = 2.14$; $p = .034$), a vergonha interna (*Vergonha* da ISS) ($\beta = .52$; $t = 6.21$; $p = .000$) e o auto-criticismo (*Auto-ataque* da FSCS) ($\beta = .14$; $t = 2.68$; $p = .008$) se revelaram preditoras da sintomatologia depressiva (*Depressão* da EADS-42).

Discussão

O auto-criticismo tem sido um constructo bastante estudado nos últimos anos, quer pela sua importância nas relações internas do *eu* com o *eu*, quer pela sua contribuição para uma série de problemas psicológicos e vulnerabilidades para a psicopatologia (Gilbert et al., 2004, 2006). Este estilo de auto-avaliação tem sido associado à vivência de experiências parentais de ameaça e subordinação, uma vez que os sujeitos aprendem a relacionar-se consigo mesmos da mesma forma como os outros significativos se relacionaram com eles na infância (Baldwin, 1992, 1997). Além disso, é conhecido que a vivência de se sentir subordinado na infância

associa-se à manifestação de comportamentos defensivos de submissão na idade adulta (Gilbert et al., 2003). Porém, parece ser a internalização da vivência de vergonha, desencadeada por este tipo de experiências, ou seja, a internalização de uma visão do *eu* como mau, inferior, inadequado, defeituoso e indesejado, que contribui de forma mais decisiva para a formação do auto-criticismo como estratégia de auto-regulação interna e que, em conjunto com este estilo de processamento, constitui um factor de vulnerabilidade para a sintomatologia depressiva (Castilho, P. & Pinto-Gouveia, J., Manuscrito em preparação.).

Analisando os resultados dos estudos da nossa investigação, verificámos que estes são corroborados na generalidade pelos dados da literatura. Observámos que os comportamentos de submissão se associam significativamente com a recordação de experiências parentais de subordinação, sobretudo com o sentimento de submissão, e com a vergonha, em particular interna. De facto, os sujeitos que se recordam de se terem sentido subordinados pelos seus pais na infância e que internalizaram uma visão de si como inadequados, defeituosos e indesejados, tendem a apresentar mais comportamentos defensivos de submissão na idade adulta. Este dado torna-se compreensível se o considerarmos à luz do modelo evolucionário e teoria das mentalidades sociais, mais precisamente com base na teoria do *ranking* social, a qual nos indica que as emoções humanas são influenciadas pela percepção de *rank/status* que o sujeito detém em relação aos outros (ou seja, se se sente ou não inferior aos outros) (Gilbert, 2000b). Esta percepção de baixo *rank* (e.g., subordinado) pode apresentar, como resposta comum, comportamentos de submissão que servirão para desactivar a agressão e hostilidade dos dominantes, enviando sinais de aceitação do estatuto social de subordinado que vão impedir a exclusão e abandono do grupo (Gilbert, 1998a, 2007; Ongen, 2006; Whelton & Greenberg, 2005). Deste modo, crianças que sejam ameaçadas, negligenciadas e envergonhadas pelos seus pais, e se sintam subordinadas em relação a eles numa relação de dominância-subordinação, acabam por adoptar comportamentos submissos defensivos (Gilbert et al., 2003; Perry, Pollard, Blakley, Baker & Vigilante, 1995). Nesta linha, verifica-se que não é adaptativo para um subordinado incitar conflitos com os outros dominantes, sendo mais vantajoso a adopção de uma postura submissa que cessará com a agressão do outro (Gilbert, 2003, 2007). Além disso, a literatura aponta para que o padrão de comportamentos notados na vergonha seja submisso e de inibição, associado com desejos de ocultar o *eu*, de esconder e escapar às ameaças (Gilbert, 2002). Assim, e enquanto o sujeito internaliza a vergonha que os outros lhe dirigem, a função evolucionária passa por inibir o comportamento e manter estratégias de subordinação num mundo potencialmente punitivo e ameaçador (Gilbert et al., 2004).

Verificámos igualmente que a recordação de experiências precoces de ameaça e subordinação se associa com um estilo de processamento auto-crítico, sendo

essa associação ainda mais forte quando a recordação se foca na evocação de memórias de comportamentos dominadores e de subjugação por parte dos pais e de sentimentos de se sentir subordinado. Neste sentido, os sujeitos que se recordam de se terem sentido subordinados na infância tendem a ver-se como mais inadequados, maus, defeituosos e indesejados, adoptando estilos auto-críticos de avaliação quando as coisas correm mal e fracassam ou quando não atingem objectivos valorizados. Estes resultados corroboram os dados da literatura que mostram que o desenvolvimento de um sentido do *eu* ocorre nas relações precoces, e que os indivíduos que passaram por este tipo de experiências precoces tendem a acreditar que os outros os vêem e julgam como inferiores ou inadequados, e também passam a sentir-se e a ver-se a si mesmo como inferiores, indesejados, maus, inadequados ou defeituosos (Gilbert et al., 2003; Matos & Pinto-Gouveia, 2009). Também Blatt e Zuroff (1992) e Schore (1994) (cit. in Gilbert et al., 2006) referiram que a exposição precoce a ameaças parentais tem sido associada a auto-avaliações críticas e de ataque.

Constatámos também que os sujeitos com um estilo de auto-avaliação mais crítico tendem a apresentar mais comportamentos de submissão na idade adulta. Deste modo, são os sujeitos que, em situações de fracasso, se auto-avaliam como mais inadequados e incompetentes que apresentam habitualmente mais comportamentos de defesa submissos. A literatura mostra-nos que os sinais internos negativos (auto-criticismo) podem activar, em certas condições, sistemas cerebrais que evoluíram para lidar com ataques, tais como o comportamento de submissão e derrota (Gilbert, 2000a). Nesta linha, Whelton e Greenberg (2005) verificaram que pessoas com níveis elevados de auto-criticismo muitas vezes se submetiam aos seus próprios auto-ataques, expressando vergonha e manifestando-se menos assertivos, mais submissos e mais tristes, sentindo-se fracos e incapazes de contratar os seus próprios auto-ataques. Também Allan e Gilbert (1997, cit. in Ongen, 2006) no seu estudo mostraram que as pessoas deprimidas vêem-se a si mesmas como inferiores aos outros e que tendem a adoptar comportamentos submissos.

Além disso, os resultados encontrados no nosso estudo sugeriram que os sujeitos mais auto-críticos se diferenciam significativamente dos menos auto-críticos ao nível da recordação de experiências de ameaça e subordinação na infância, vergonha e sintomatologia depressiva. Os resultados indicaram que os indivíduos com níveis mais elevados de auto-criticismo são aqueles que mais se recordam de terem experienciado situações de ameaça e subordinação, especialmente de submissão, na infância. Isto é, os sujeitos com estilos de processamento mais auto-críticos recordam-se mais de se terem sentido subordinados pelos seus pais na infância e destes terem tido comportamentos de dominância-subjugação, do que os sujeitos menos auto-críticos. Efectivamente, encontramos na literatura dados que mostram que a vivência em ambientes familiares onde as crianças

se sentem ameaçadas e subordinadas tem um grande impacto nos esquemas do *eu* e dos outros (Gilbert et al., 2003). Estudos como os de Gilbert et al. (2003) demonstraram ainda que experiências parentais aversivas se associam com um vasto conjunto de problemas psicológicos na idade adulta, e que a percepção de submissão se revelou um preditor significativo da depressão.

No que diz respeito à vergonha, os dados obtidos permitiram-nos concluir que os indivíduos que apresentam níveis mais elevados de auto-criticismo tendem a apresentar mais vergonha, em particular vergonha interna, comparativamente com os indivíduos menos auto-críticos. Quer isto dizer que os sujeitos que habitualmente apresentam um discurso interno mais crítico focado nos erros e no sentimento de derrota e inadequação quando as coisas lhes correm mal, vêem-se como mais inadequados, maus, defeituosos e sem valor, manifestando mais vergonha de si e dos seus comportamentos. Este dado também é corroborado pela literatura, a qual nos apresenta uma relação entre o auto-criticismo e a experiência de vergonha, embora os estudos se tenham focado na vergonha externa (Gilbert, 2000a, 2002, 2005; Gilbert et al., 2004). No entanto, este nosso resultado vai de encontro aos pressupostos teóricos do modelo da vergonha e da teoria das mentalidades sociais apresentados por Gilbert.

Em relação à sintomatologia depressiva, é de notar a existência de uma associação significativa entre a submissão e a vulnerabilidade para a psicopatologia. Neste sentido, parece ser comum que sujeitos que apresentam sintomas depressivos, apresentem simultaneamente mais comportamentos defensivos de submissão e derrota. Efectivamente, este dado é corroborado pela literatura, uma vez que estudos como o de Ongen (2006) vêm demonstrar que o comportamento submisso é um preditor da depressão em adolescentes e estudantes universitários.

Os dados mostraram-nos ainda que o auto-criticismo e a vergonha interna apresentaram associações positivas com a sintomatologia depressiva. Deste modo, conclui-se que os indivíduos que se avaliam de forma mais crítica e negativa, perante situações de erro e fracasso, e que apresentam uma visão do *eu* enquanto mau, não desejado, defeituoso e sem valor, tendem a manifestar mais sintomas depressivos. Os dados apresentados pela literatura reforçam este resultado, ao mostrarem que o auto-criticismo (Blatt et al., 1982; Gilbert, 2007; Gilbert et al., 2001, 2004, 2006; Ongen, 2006; Whelton & Greenberg, 2005) e a vergonha (Cheung, Gilbert & Irons, 2004; Gilbert, 1998b, 2002, 2007; Gilbert & Irons, 2005; Harder & Greenwald, 2000; Matos & Pinto-Gouveia, 2009; Schore 1998, 2001) constituem factores de vulnerabilidade para a psicopatologia, em especial para a depressão.

Limitações e investigações futuras

Não obstante os resultados encontrados, esta investigação apresenta algumas limitações. Neste sentido, é importante salientar a constituição da amostra, ao nível do género, visto que esta apresenta uma prevalência do sexo feminino. Para além disto, o facto de ser uma amostra de população não clínica, constituída por estudantes universitários, aponta desde logo para níveis mais baixos de sintomatologia psicopatológica, dificultando assim a replicação das conclusões acerca das relações entre o auto-criticismo e a psicopatologia, bem como entre a vergonha interna, a recordação de experiências de ameaça e subordinação na infância, a submissão e a sintomatologia depressiva. No futuro, seria então útil replicar os mesmos objectivos e tipo de investigação a diferentes grupos clínicos. Paralelamente, seria pertinente continuar a investigação acerca da vergonha interna, da recordação de experiências de ameaça e subordinação na infância, da submissão e do auto-criticismo em amostras mais numerosas, com sujeitos de idades e estatutos sócio-económicos diferentes.

Referências bibliográficas

- Baldwin, M. (1992). Relational schemas and the processing of social information. *Psychological Bulletin*, 112 (3), 461-484.
- Baldwin, M. (1997). Relational schemas as a source of iten-then self-inference procedures. *Review of General Psychology*, 1 (4), 326-335.
- Blatt, S., Quinlan, D., Chevron, E., McDonald, C. & Zuroff, D. (1982). Dependency and self-criticism: Psychological dimensions of depression. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 50 (1), 113-124.
- Cheung, M., Gilbert, P. & Irons, C. (2004). An exploration of shame, social rank and rumination in relation to depression. *Personality and Individual Differences*, 36, 1143-1153. DOI: 10.1016/S0191-8869(03)00206-X
- Clark, L. & Watson, D. (1991). Tripartite model of anxiety and depression: Psychometric evidence and taxonomic implications. *Journal of Abnormal Psychology*, 100 (3), 316-336.
- Cook, D. (1996). Empirical studies of shame and guilt: The internalized shame scale. In D. L. Nathanson (Ed.) *Knowing feeling: Affect, script and psychotherapy* (pp. 132-165). New York: W. W. Norton & Company.
- Gilbert, P. (1998a). Evolutionary psychopathology: Why isn't the mind designed better than it is? *British Journal of Medical Psychology*, 71 (4), 353-373.
- Gilbert, P. (1998b). What is shame? Some core issues and controversies. In P. Gilbert & B. Andrews (Eds.) *Shame: Interpersonal behaviour, psychopathology and culture* (pp. 3-36). New York: Oxford University Press.
- Gilbert, P. (2000a). Social mentalities: Internal 'social' conflict and the role of inner warmth and compassion in cognitive therapy. In P. Gilbert & K. Bailey (Eds.) *Genes on the couch: Explorations in evolutionary psychotherapy* (pp. 118-150). Hove: Brunner-Routledge.
- Gilbert, P. (2000b). The relationship of shame, social anxiety and depression: The role of the evaluation of social rank. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 7, 174-189.

- Gilbert, P. (2002). Body shame: A biopsychological conceptualisation and overview, with treatment implications. In P. Gilbert & J. Miles (Eds.) *Body shame: Conceptualisation, research and treatment* (pp. 3-54). London: Brunner-Routledge.
- Gilbert, P. (2003). Evolution, social roles, and the differences in shame and guilt. *Social Research*, 70 (4), 1205-1230.
- Gilbert, P. (2005). Compassion and cruelty: A biopsychosocial approach. In P. Gilbert (Ed.) *Compassion: Conceptualisations, research and use in psychotherapy* (pp. 9-74). London: Routledge.
- Gilbert, P. (2007). Thinking, self-awareness, social goals and the role of shame in depression. In P. Gilbert (Ed.) *Psychotherapy and counselling for depression (3rd Ed.)* (pp. 112-144). London: Sage.
- Gilbert, P. & Allan, S. (1998). The role of defeat and entrapment (arrested flight) in depression: An exploration of an evolutionary view. *Psychological Medicine*, 28 (3), 585-598.
- Gilbert, P., Allan, S., Brough, S., Melley, S. & Miles, J. (2002). Relationship of anhedonia and anxiety to social rank, defeat and entrapment. *Journal of Affective Disorders*, 71, 141-151.
- Gilbert, P., Baldwin, M., Irons, C., Baccus, J. & Palmer, M. (2006). Self-criticism and self-warmth: An imagery study exploring their relation to depression. *Journal of Cognitive Psychotherapy: An International Quarterly*, 20 (2), 183-200.
- Gilbert, P., Birchwood, M., Gilbert, J., Trower, P., Hay, J., Murray, B., Meaden, A., Olsen, K. & Milles, J. (2001). An exploration of evolved mental mechanisms for dominant and subordinate behaviour in relation to auditory hallucinations in schizophrenia and critical thoughts in depression. *Psychological Medicine*, 31, 1117-1127. DOI: 10.1017/S0033291701054092
- Gilbert, P., Cheung, M., Grandfield, T., Campey, F & Irons, C. (2003). Recall of threat and submissiveness in childhood: Development of a new scale and its relationship with depression, social comparison and shame. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 10, 108-115. DOI: 10.1002/cpp.359
- Gilbert, P., Clarke, M., Hempel, S., Miles, J. & Irons, C. (2004). Criticizing and reassuring one-self: An exploration of forms, styles and reasons in female students. *British Journal of Clinical Psychology*, 43 (1), 31-50.
- Gilbert, P. & Irons, C. (2005). Focused therapies and compassionate mind training for shame and self-attacking. In P. Gilbert (Ed.) *Compassion: Conceptualisations, research and use in psychotherapy* (pp. 263-325). London: Routledge.
- Goss, K., Gilbert, P. & Allan, S. (1994). An exploration of shame measures: I. The other as shamer scale. *Personality and Individual Differences*, 17 (5), 713-717.
- Harder, D. & Greenwald, D. (2000). The psychotherapy of shame-related pathology from an evolutionary perspective. In P. Gilbert & K. Bailey (Eds.) *Genes on the couch: Explorations in evolutionary psychotherapy* (pp. 304-329). Hove: Brunner-Routledge.
- Matos, M. & Pinto-Gouveia, J. (2009). Shame as a traumatic memory. *Clinical Psychology and Psychotherapy*. DOI: 10.1002/cpp.659
- Ongen, D. (2006). The relationships between self-criticism, submissive behavior and depression among Turkish adolescents. *Personality and Individual Differences*, 41, 793-800. DOI: 10.1016/j.paid.2006.03.013
- Pais-Ribeiro, J., Honrado, A. & Leal, I. (2004). Contribuição para o estudo da adaptação portuguesa das escalas de depressão ansiedade e stress de Lovibond e Lovibond. *Psicologica*, 36, 235-246.

- Perry, B., Pollard, R., Blakley, T., Baker, W. & Vigilante, D. (1995). Childhood trauma, the neurobiology of adaptation and 'use-dependent' development of the brain: How 'states' become 'traits'. *Infant Mental Health Journal*, 16, 271-291.
- Schore, A. (1998). Early shame experiences and infant brain development. In P. Gilbert & B. Andrews (Eds.) *Shame: Interpersonal behavior, psychopathology and culture* (pp. 57-77). New York: Oxford University Press.
- Schore, A. (2001). The effects of early relational trauma on right brain development, affect regulation, and infant mental health. *Infant Mental Health Journal*, 22 (1-2), 201-269.
- Whelton W. J. (2000). Emotion in self-criticism. Unpublished Ph.D.thesis, University of York, Canada.
- Whelton, W. & Greenberg, L. (2005). Emotion in self-criticism. *Personality and Individual Differences*, 38, 1583-1595. DOI: 10.1016/j.paid.2004.09.024

Recall of threat and submissiveness in childhood, self-criticism, shame and submission: their contribution to depression in university students

The subject of self-criticism has received in recent years an increasing interest in the field of psychology. The research presented here aims to contribute to the knowledge of self-criticism and its relationship with psychopathology, as well as with several constructs that literature has shown to be associated to its origin, development and maintenance, such as experiences of threat and submissiveness in childhood, shame and submission. The results of the studies, conducted on a sample of university students (N = 263), showed a significant association between submissive behavior in adulthood and recall of parental experiences of submissiveness in childhood, the experience of internal shame and self-criticism. About depressive symptomatology, the results of our study also suggested the existence of significant associations with internal shame and self-criticism. Whether internal shame or self-criticism are significant predictors of submission and depressive symptoms.

KEY-WORDS: Self-criticism; Shame; Recall of threat and submissiveness in childhood; Submission; Depression.

La mémoire d'expériences de menace et de subordination pendant l'enfance, l'auto-criticisme, la honte et la soumission: leur contribution à la dépression dans les étudiants universitaires

La thématique de l'auto-criticisme fut, ces dernières années, l'objet d'un croissant intérêt dans les domaines de la psychologie. La recherche ici présentée, vise à contribuer à la connaissance de l'auto-criticisme et de sa relation avec la psychopathologie, ainsi comme plusieurs thématiques que la littérature a montré être associées à son

origine, son développement et sa manutention, comme les expériences de menace et de subordination pendant l'enfance, la honte et la soumission. Les résultats des études, réalisées sur un échantillon d'étudiants universitaires (N=263), ont montré des associations significatives entre les comportements de soumission en l'âge adulte et la mémoire d'expériences parentales de subordination pendant l'enfance, l'expérience de la honte interne et l'auto-criticisme. Au niveau de la symptomatologie dépressive, les résultats de notre étude ont montré l'existence des associations significatives avec la honte et l'auto-criticisme sont prédicteurs significatifs de la soumission et les symptômes dépressifs.

MOTS-CLÉS: Auto-criticisme; Honte; Mémoire d'expériences de menace et de subordination pendant l'enfance; Soumission; Symptômes dépressifs.