

UNIVERSIDADE DE LISBOA
FACULDADE DE PSICOLOGIA



**PERFIS DE DISCREPÂNCIAS DE NECESSIDADES
PSICOLÓGICAS: RELAÇÕES COM O BEM-ESTAR E
DISTRESS PSICOLÓGICOS**

Sofia Alexandra Vieira Lopes

MESTRADO INTEGRADO EM PSICOLOGIA

(Secção de Psicologia Clínica e da Saúde/

Núcleo de Psicoterapia Cognitiva-Comportamental e Integrativa)

2014

UNIVERSIDADE DE LISBOA
FACULDADE DE PSICOLOGIA



**PERFIS DE DISCREPÂNCIAS DE NECESSIDADES
PSICOLÓGICAS: RELAÇÕES COM O BEM-ESTAR E
DISTRESS PSICOLÓGICOS**

Sofia Alexandra Vieira Lopes

**Dissertação orientada pelo Prof. Doutor António José dos Santos
Branco Vasco**

MESTRADO INTEGRADO EM PSICOLOGIA

(Secção de Psicologia Clínica e da Saúde/

Núcleo de Psicoterapia Cognitiva-Comportamental e Integrativa)

2014

Agradecimentos

Ao Professor Doutor António Branco Vasco,
pela orientação, supervisão, desafio e incentivo ao longo deste percurso.

Por me ter marcado e contribuído para a minha formação enquanto futura Psicóloga
e, mais importante, por me ter feito crescer enquanto Pessoa.

À Neuza, Elisabel e Alice, colegas de investigação, por toda a paciência, dedicação e
incentivo mútuo.

À Marisa, fiel companheira e amiga neste longo percurso de cinco anos.

À Sílvia de Santa Bárbara, por me ter incentivado a trabalhar, pelas deslocações para
fazermos maratonas de estudo, mesmo quando a motivação era inexistente. Por me
mostrar que o mundo não é tão cinzento como parece.

Ao Pedro, pelo amor, presença e paciência.

Aos meus pais, irmão e tio, pedras basilares em todo este percurso, por me fazerem ver
que era capaz e partilharem comigo os meus entusiasmos e desmotivações.

A todos os participantes desta investigação.

Resumo

A presente investigação, enquadrada conceptualmente no Modelo de Complementaridade Paradigmática, foca-se no estudo dos perfis de discrepâncias de necessidades psicológicas. Foi construído um instrumento de avaliação do estilo de funcionamento rígido caracterizado pelos perfis, tendo sido realizada a análise das suas qualidades psicométricas. Objetivou-se o estudo das relações entre os perfis de discrepâncias e o bem-estar psicológico, o *distress* psicológico e a regulação da satisfação das necessidades psicológicas. Foi criada uma plataforma *online* onde foram alojados instrumentos para a avaliação destas variáveis, a uma amostra de conveniência. Os resultados revelaram que os perfis de discrepâncias de necessidades psicológicas permitem prever o bem-estar e *distress* psicológicos, e a regulação da satisfação das necessidades. Observou-se que indivíduos com resultados elevados nos perfis apresentam maiores níveis de *distress* psicológico e menores níveis de bem-estar e de regulação da satisfação das necessidades, do que indivíduos com resultados mais baixos nos perfis que apresentam menores níveis de *distress* e maiores níveis de bem-estar e de regulação. Foi também possível observar que indivíduos com resultados baixos nos perfis e um maior grau de regulação da satisfação das necessidades psicológicas apresentam níveis mais elevados de bem-estar psicológico e mais baixos de *distress*. Os resultados fornecem um contributo empírico à relação entre os perfis de discrepâncias e a regulação da satisfação das necessidades psicológicas, bem como à Teoria da Perturbação do Modelo de Complementaridade Paradigmática, com implicações para a prática psicoterapêutica.

Palavras-chave: perfis de discrepâncias, necessidades psicológicas, bem-estar psicológico, *distress* psicológico, Modelo de Complementaridade Paradigmática

Abstract

This research, conceptually framed by the Paradigmatic Complementary Model, focuses on the study of the profiles of discrepancies in the psychological needs. An instrument was created to assess a rigid pattern of functioning characterized by the profiles, and whose psychometric properties were evaluated. Other goal was to study the relationship between the profiles of discrepancies and psychological well-being, psychological *distress* and the regulation of satisfaction of psychological needs. An online platform hosted these instruments to assess the mentioned variables in a convenience sample. The profiles of discrepancies of psychological needs were found to predict well-being and psychological *distress*, and the regulation of satisfaction of psychological needs. It was observed that individuals with high scores on the profiles had higher levels of psychological *distress* and lower levels of well-being and regulation of satisfaction of needs, than those with lower results in the profiles that have lower levels of *distress* and higher levels of well-being and regulation. It has also been observed that individuals with low results on the profiles and a higher degree of regulation of satisfaction of the psychological needs had higher levels on psychological well-being and lower in *distress*. The results provide an empirical contribution to the relationship between the profiles of discrepancies and the regulation of satisfaction of psychological needs, and to the Theory of Disturbance of the Paradigmatic Complementary Model, with implications for the psychotherapeutic practice.

Keywords: profiles of discrepancies, psychological needs, psychological well-being, psychological *distress*, Paradigmatic Complementary Model.

Índice Geral

	Página
Introdução	1
Enquadramento Teórico	2
1. Self, Emoções e Necessidades Psicológicas	2
2. Teorias e Estudos sobre Necessidades Psicológicas	3
3. Visão Dialética das Necessidades	5
4. Modelo de Complementaridade Paradigmática	6
5. Bem-estar e <i>Distress</i> Psicológicos	8
6. Relações entre Necessidades Psicológicas, Bem-estar e <i>Distress</i> Psicológicos	11
7. Necessidades, Discrepâncias e Personalidade	13
8. Perfis de Discrepâncias de Necessidades Psicológicas	16
Metodologia.....	19
1. Procedimentos e Participantes	22
2. Instrumentos de Medida.....	25
2.1. <i>Escala de Perfis de Discrepâncias de Necessidades Psicológicas (EPDN)</i>	25
2.2. <i>Escala de Regulação da Satisfação das Necessidades Psicológicas</i> – versão reduzida de 57 itens (ERSN-57)	25
2.3. <i>Inventário de Saúde Mental (ISM)</i>	27
Resultados.....	29
1. Avaliação das Qualidades Psicométricas da EPDN	29
1.1. Estrutura fatorial.....	29
1.2. Consistência interna	29
1.3. Correlações entre escalas	30
2. Análise das Relações entre as Variáveis	31
2.1. Correlações entre os Perfis, a Regulação da Satisfação das Necessidades Psicológicas e a Escala de Validade da ERSN-57	31
2.2. Correlações entre os Perfis e o Bem-estar e <i>Distress</i> Psicológicos	32
2.3. Correlações entre as escalas globais da EPDN e ERSN-57 e a Escala de Validade da ERSN-57 e o Bem-estar e <i>Distress</i> Psicológicos	34
2.4. Valor Preditivo dos Perfis relativo à Regulação da Satisfação das Necessidades	34

2.4.1. Regressões Lineares <i>Standard</i>	34
2.4.2. Regressões Lineares Múltiplas <i>Stepwise</i>	35
2.5. Valor Preditivo dos Perfis relativo à Escala de Validade da ERSN-57	36
2.5.1. Regressões Lineares <i>Standard</i>	36
2.5.2. Regressões Lineares Múltiplas <i>Stepwise</i>	36
2.6. Valor Preditivo dos Perfis relativo ao Bem-estar e <i>Distress</i> Psicológicos.....	37
2.6.1. Regressões Lineares <i>Standard</i>	37
2.6.2. Regressões Lineares Múltiplas <i>Stepwise</i>	38
2.7. Valor Preditivo dos Perfis, das Necessidades e da Escala de Validade	39
3. Comparação de Grupos.....	39
3.1. Comparação de Grupos na EPDN quanto à Regulação da Satisfação das Necessidades Psicológicas	39
3.2. Comparação de Grupos na EPDN quanto ao Bem-estar e <i>Distress</i> Psicológicos.....	40
3.3. Análise de variâncias.....	41
Discussão e Conclusões.....	43
Referências Bibliográficas.....	54

Índice de Quadros

	Página
Quadro 1. <i>Caracterização da amostra do presente estudo</i>	24
Quadro 2. <i>Consistência interna (alfa de Cronbach) da ERSN-57</i>	27
Quadro 3. <i>Consistência interna (alfa de Cronbach) do ISM</i>	28
Quadro 4. <i>Correlações entre Perfis, a Regulação da satisfação das necessidades psicológicas e a Escala de Validade da ERSN-57</i>	32
Quadro 5. <i>Correlações entre Perfis e o Bem-estar e Distress Psicológicos</i>	33
Quadro 6. <i>Correlações entre as escalas globais da EPDN, ERSN-57 e da Escala de Validade da ERSN-57 com o Bem-estar e Distress Psicológicos</i>	34
Quadro 7. <i>Sumário da análise de Regressão Linear Standard da EPDN em relação à Regulação da Satisfação das Necessidades Psicológicas</i>	35
Quadro 8. <i>Sumário do melhor modelo de Regressão Linear Múltipla Stepwise dos Perfis relativo à Regulação da satisfação das necessidades psicológicas</i>	35
Quadro 9. <i>Sumário da análise de Regressão Linear Standard da EPDN em relação à Escala de Validade da ERSN-57</i>	36
Quadro 10. <i>Sumário do melhor modelo de Regressão Linear Múltipla Stepwise dos Perfis em relação à Escala de Validade Global da ERSN-57</i>	37
Quadro 11. <i>Sumário da análise de Regressão Linear Standard da EPDN em relação ao Bem-estar e Distress Psicológicos</i>	37
Quadro 12. <i>Sumário do melhor modelo de Regressão Linear Múltipla Stepwise dos Perfis relativo ao Bem-estar Psicológico</i>	38
Quadro 13. <i>Sumário do melhor modelo de Regressão Linear Múltipla Stepwise dos Perfis relativo ao Distress Psicológico</i>	38
Quadro 14. <i>Médias dos grupos de acordo com os resultados em Bem-estar Psicológico</i>	43
Quadro 15. <i>Médias dos grupos de acordo com os resultados em Distress Psicológico</i>	43

Índice de Figuras

	Página
Figura 1. <i>Comparação de Grupos da EPDN quando à Regulação da Satisfação das Necessidades Psicológicas</i>	40
Figura 2. <i>Comparação de Grupos da EPDN face ao Bem-estar e Distress Psicológicos</i>	41

Anexos

Anexo A - Conceptualização Descritiva dos Perfis de Discrepâncias de Necessidades Psicológicas

Anexo B - Consentimento Informado

Anexo C - Escala de Perfis de Discrepâncias de Necessidades Psicológicas (EPDN)

Anexo D - Escala de Regulação da Satisfação das Necessidades-versão reduzida de 57 itens (ERSN-57)

Anexo E - Inventário de Saúde Mental (ISM)

Anexo F - Composição das Escalas e Subescalas da ERSN-57

Anexo G - Consistência Interna (alfa de *Cronbach*) da EPDN

Anexo H - Correlações entre as escalas da EPDN

"(...) O essencial é saber ver,

Saber ver sem estar a pensar,

Saber ver quando se vê,

E nem pensar quando se vê

Nem ver quando se pensa.

Mas isso (tristes de nós que trazemos a alma vestida!),

Isso exige um estudo profundo,

Uma aprendizagem do desaprender (...)"

Alberto Caeiro

Introdução

A presente investigação debruça-se sobre o desenvolvimento e análise das propriedades psicométricas da Escala de Perfis de Discrepâncias de Necessidades Psicológicas (EPDN, Vasco, Barcelos, Carolino, Lopes & Várzea, 2014).

Estudos anteriores no âmbito do Modelo de Complementaridade Paradigmática têm indicado que a capacidade de regulação da satisfação das necessidades psicológicas está relacionada com o Bem-estar Psicológico, enquanto que dificuldades nessa regulação estão relacionadas com *Distress* Psicológico e Sintomatologia (Conde & Vasco, 2012; Sol & Vasco, 2012; Sol & Vasco, 2013). Para além disso, o balanceamento e a regulação de ambos os polos das polaridades dialéticas apresentam-se como essenciais para a diminuição do risco de desenvolvimento de perturbações psicológicas que, segundo a Teoria da Perturbação do Modelo de Complementaridade Paradigmática, resultam de desequilíbrios no processo de regulação da sua satisfação (Faria & Vasco, 2011). Deste modo, tão mais provável é o Bem-estar quanto mais o indivíduo for competente em ambas as polaridades dialéticas, sendo que a perturbação mental pode surgir da rigidificação em qualquer um dos polos.

Partindo deste pressuposto pretendeu-se o desenvolvimento de Perfis de Discrepâncias de Necessidades Psicológicas, que caracterizassem o registo ou estilo de funcionamento patológico aquando a fixação num polo em detrimento do polo complementar, sendo eles: + *Prazer - Dor*; - *Prazer + Dor*; + *Proximidade - Diferenciação*; - *Proximidade + Diferenciação*; + *Produtividade - Lazer*; - *Produtividade + Lazer*; + *Controlo - Cooperação*; - *Controlo + Cooperação*; + *Exploração - Tranquilidade*; - *Exploração + Tranquilidade*; + *Coerência do Self - Incoerência do Self*; - *Coerência do Self + Incoerência do Self*; + *Autoestima - Autocrítica*; e - *Autoestima + Autocrítica*.

No âmbito do presente estudo objetivou-se analisar as associações entre os perfis e o bem-estar e *distress* psicológicos; a regulação da satisfação das necessidades psicológicas; e a escala de validade da ERSN-57. Para além disso, pretendeu-se estudar o valor preditivo dos perfis relativamente a estas variáveis, bem como a comparação de grupos com diferentes resultados globais nos perfis em relação ao bem-estar e *distress* psicológicos, e à regulação da satisfação das necessidades psicológicas; e a comparação de grupos formados com base nos perfis e na regulação da satisfação das necessidades quanto aos níveis de bem-estar psicológico e *distress* psicológico.

Objetivou-se ainda comparar a EPDN com a Escala de Regulação da Satisfação das Necessidades Psicológicas-57 (ERSN-57; Vasco, Bernardo, Cadilha, Calinas, Conde, Ferreira, Fonseca, Guerreiro, Rodrigues, Romão, Rucha, Silva & Vargues-Conceição, 2013) e a Escala de Validade da ERSN-57, de forma a compreender quais dos instrumentos apresentam um maior poder preditivo quanto ao Bem-estar e *Distress* Psicológicos, esperando-se que a EPDN apresente um maior contributo para a explicação dos mesmos.

Quanto à metodologia utilizada na presente investigação de natureza quantitativa, serão enumerados os principais objetivos e as hipóteses postuladas, assim como a informação relativa aos participantes e instrumentos utilizados para a avaliação da regulação da satisfação das necessidades psicológicas e do Bem-estar e *Distress* Psicológicos. Os instrumentos de avaliação foram disponibilizados numa plataforma *online*, tendo sido criada uma amostra de conveniência.

Para o estudo dos objetivos, na análise estatística dos dados foi utilizado programa *Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) 22* (SPSS Inc., Chicago, IL). Serão apresentados os resultados da presente investigação e, seguidamente, a discussão dos mesmos, incluindo as principais limitações, os principais contributos e ainda implicações para a prática psicoterapêutica.

Enquadramento Teórico

1. Self, Emoções e Necessidades Psicológicas

O *Self* é definido por Wolfe (2005) como a consciência reflexiva do próprio enquanto pessoa, uma consciência experiencial e conceptual do indivíduo em interação com o mundo. No conhecimento do *Self*, as crenças, imagens e esquemas, isto é, as representações sobre esta capacidade de autorreflexão, resultam do processamento de informação interna ou externa, que por sua vez é influenciado pelo foco atencional e pela interação dinâmica entre experiência direta e cogitação (Conceição & Vasco, 2005). O processamento emocional, também envolvido no conhecimento do *Self*, envolve a receção e interpretação de informação significativa nas experiências emocionais, e a sua conseqüente transformação em agência motivacional (Wolfe, 2005). As emoções criam motivação, que por sua vez se traduz em ações internas e/ou externas com os objetivos de promover a sobrevivência e a qualidade desta, a adaptação e o bem-estar (Vasco, 2013). O contexto em que o indivíduo está inserido tem também um

contributo ao influenciar as representações, o que se manifesta na relação do *Self* consigo e com os outros (Wolfe, 2005).

O Modelo de Complementaridade Paradigmática, no qual a presente investigação se enquadra, perspetiva que o *Self* se regula a partir da regulação da satisfação de necessidades psicológicas, que definem o *Self* e são conceptualizadas como instâncias deste (Conceição & Vasco, 2005). Segundo os últimos autores é o papel ativo do *Self*, através da responsabilidade pessoal e agência, que permite conhecer, proteger e regular a satisfação das necessidades psicológicas (Conceição & Vasco, 2005). Por sua vez, as emoções sinalizam o grau de regulação da satisfação das necessidades e motivam ações internas ou externas necessárias à regulação (Vasco, 2013).

A nível patológico, um funcionamento não adequado do sistema emocional não permitirá a regulação da satisfação das necessidades, podendo a desregulação emocional cristalizar-se em perturbação psicológica (Vasco, Faria, Vaz & Conceição, 2010). Para além disso, é fundamental para a regulação da satisfação das necessidades que o *Self* funcione como um todo, em que se experiencia congruência entre sentimentos, pensamentos e ações (Vasco, 2005), e entre os *Selves* real, ideal e obrigatório (Brandão & Vasco, 2006).

2. Teorias e Estudos sobre Necessidades Psicológicas

De várias orientações teóricas e de psicoterapia surge uma variedade de conceptualizações sobre necessidades psicológicas, em que sobressai o fraco consenso a vários níveis no que respeita à sua origem, à sua identificação (devido ao grande número de potenciais necessidades), à sua definição e à sua centralidade e primazia.

Na Teoria da Personalidade de Maslow (1954) o indivíduo é visto como um todo, integrado e organizado, em que a satisfação ocorre em todo o indivíduo e não numa parte deste. O autor refere que existem, a par das necessidades fisiológicas, cinco categorias de necessidades psicológicas: (1) *saúde física*; (2) *segurança*; (3) *autoestima*; (4) *amor/pertença*; (5) *auto-atualização*. Estas organizam-se segundo uma hierarquia não rígida, assumindo a forma de uma pirâmide, em que para a satisfação de necessidades de ordem superior é necessária a satisfação de necessidades primárias, situadas na base da pirâmide.

A Teoria do *Self* Cognitivo-Experiencial de Epstein (1993, 2003) postula a existência de quatro necessidades básicas e, contrariamente ao postulado por Maslow, igualmente importantes, em que a sua interação se reflete a nível cognitivo, emocional e

comportamental: (1) *orientação, controlo e coerência*; (2) *maximização do prazer e minimização da dor*; (3) *proximidade*; (4) *promoção e proteção da autoestima*. Epstein (1993) distinguiu dois sistemas principais de processamento de informação, o racional e o experiencial, sendo o comportamento uma função destes dois sistemas. As necessidades no sistema experiencial são construtos motivacionais com um componente afetivo que determina o que é importante e o que se está a tentar alcançar (Epstein, 1993), e dão origem a quatro crenças básicas que determinam como é que o indivíduo pensa, sente e se comporta no mundo (Epstein, 2003). O grau em que as necessidades básicas estão satisfeitas e o balanceamento na sua satisfação contribui para a construção de uma teoria estável e flexível sobre a realidade, pelo que a frustração de qualquer uma das necessidades e o consequente desequilíbrio no seu balanceamento estão relacionados com perturbações mentais específicas (Epstein, 1993).

A Teoria da Auto-Determinação (SDT) de Deci e Ryan (2000) apresenta-se como fundamental para a compreensão da motivação humana e funcionamento adaptativo do indivíduo. Os autores postulam as necessidades psicológicas de *competência*, *autonomia* e *proximidade* como uma estrutura da psique humana, nutrientes psicológicos universais, igualmente primordiais, inatos e organísmicos, que fornecem força motivacional aos objetivos e influenciam os processos regulatórios para os alcançar (Deci & Ryan, 2000). A SDT vê o indivíduo como um organismo ativo e orientado para a integração num *Self* unificado em contextos sociais e para agir de acordo com as necessidades, coerência pessoal e interpessoal. Ao experienciar resultados psicológicos agradáveis e adaptativos, o indivíduo torna-se capaz de satisfazer as suas necessidades, essenciais para o desenvolvimento psicológico, para a integridade e bem-estar, independentemente da cultura (Deci & Ryan, 2000). Os autores referem que a privação e a não satisfação de qualquer uma das três necessidades psicológicas básicas estão relacionadas com acomodações e adaptações defensivas com consequências negativas para a saúde e bem-estar (Deci & Ryan, 2000).

Sheldon, Elliot, Kim e Kasser (2001) realizaram um estudo integrativo que teve como objetivo determinar quais as necessidades psicológicas fundamentais dos indivíduos. As dez necessidades alvo de estudo integram as teorias acima descritas, nomeadamente as necessidades de *competência*, *proximidade* e *autonomia* da SDT; *prazer/estimulação* da Teoria do *Self* Cognitivo-Experiencial de Epstein; a *saúde física*, a *segurança*, a *autoestima* e a *auto-atualização* da Teoria de Personalidade de Maslow; e ainda as necessidades de *popularidade/influência* e de *dinheiro/luxo*, com base no

senso-comum. Os resultados deste estudo são independentes da cultura e fornecem apoio empírico à SDT no sentido em que as três necessidades psicológicas básicas em conjunto com *autoestima* apresentaram-se mais associadas às experiências satisfatórias e mais preditivas de afeto positivo (Sheldon et al., 2001).

O Modelo de Consistência Teórica de Grawe (2007) postula a existência de quatro necessidades básicas e universais: (1) *vinculação*; (2) *controle e orientação*; (3) *aumento e proteção da autoestima*; (4) *maximização do prazer e evitamento da dor*. O autor renomeia o conceito de *coerência* de Epstein para *consistência*, o princípio básico de regulação do organismo que consiste na concordância entre processos mentais ativados simultaneamente (Grawe, 2007). A satisfação das necessidades, entendidas como experiências de percepções derivadas da interação indivíduo-meio; depende da eficácia e flexibilidade dos mecanismos de consistência, e da realização de objetivos motivacionais (Grawe, 2007). O funcionamento mental orienta-se de modo a que as percepções sejam concomitantes com os objetivos motivacionais ativados. Estes últimos baseiam-se nas necessidades psicológicas fundamentais que exercem uma influência indireta no comportamento através dos mesmos objetivos (Grawe, 2007). As necessidades básicas necessitam de ser satisfeitas para que o indivíduo alcance bem-estar e saúde mental, e a sua satisfação, bem como a consistência, estão interligadas na medida em que a inconsistência estará associada à perturbação (Holtforth, 2008).

No modelo integrativo de Costanza e colaboradores (2007), respeitante ao construto de Qualidade de Vida, estes autores propõem as necessidades humanas de *subsistência*; *reprodução*; *segurança*; *afeto*; *compreensão*; *participação*; *lazer*; *espiritualidade*; *criatividade/expressão emocional*; *identidade*; e *liberdade*. Segundo este modelo, a Qualidade de Vida é uma medida do grau em que cada necessidade é satisfeita e da importância das mesmas para o indivíduo e para o grupo social face à sua contribuição para o Bem-Estar Subjetivo, podendo as necessidades ser satisfeitas através de oportunidades de capital construtivo, humano, social, natural e temporal (Costanza et al., 2007).

3. Visão Dialética das Necessidades

A Teoria Psicanalítica de Desenvolvimento da Personalidade de Blatt (2006, 2008) é essencial para o estudo das necessidades e compreensão do desenvolvimento da personalidade. O autor conceptualiza o desenvolvimento da personalidade num contínuo, segundo duas polaridades de experiência, a *proximidade interpessoal* e a

autodefinição ou *definição do Self*, que interagem entre si numa série hierárquica de transações dialéticas e sinérgicas. Tanto a *proximidade* como a *autodefinição* afetam o comportamento humano, e por sua vez, o seu desenvolvimento é mútuo no sentido a *autodefinição* coerente, integrada, realista e diferenciada depende do estabelecimento de relações interpessoais satisfatórias, recíprocas e com significado, e o desenvolvimento destas é contingente ao desenvolvimento da definição do *Self* (Blatt, 2008). É a integração dos processos desenvolvimentistas que contribui para o funcionamento psicológico adaptativo, e o foco num dos processos em detrimento do outro constitui-se como uma vulnerabilidade à perturbação. A partir do referido modelo, Blatt (2006, 2008) constrói uma teoria da perturbação segundo a qual as perturbações derivam de rupturas no diálogo os processos dialéticos. Assim, o autor derivou dois estilos de personalidade relativos à personalidade *anaclítica*, onde predomina o foco nas relações interpessoais; e à personalidade *introjetiva*, com predominância do foco na *autodefinição* (Blatt & Shichman, 1983).

A compreensão das necessidades tal como conceptualizadas por Blatt assume-se como pertinente para a compreensão das necessidades psicológicas à luz do Modelo de Complementaridade Paradigmática, de seguida apresentado.

4. Modelo de Complementaridade Paradigmática

O Modelo de Complementaridade Paradigmática é um modelo integrativo em psicoterapia que salienta o papel das necessidades psicológicas para o bem-estar, saúde mental e funcionamento adaptativo.

As necessidades são definidas como «*estados de desequilíbrio orgânico provocados por carência ou excesso de determinados nutrientes psicológicos, sinalizados emocionalmente e tendentes a promover ações, internas e/ou externas facilitadoras do restabelecimento desse mesmo equilíbrio*» (Vasco, 2012, pp. 32). Ao estar afetiva e efetivamente relacionado consigo próprio, o indivíduo é capaz de conhecer as suas necessidades num contexto intrapsíquico e interpessoal a partir dos seus sentimentos, desejos, ações e da influência das mesmas na perceção, memória e pensamento (Conceição & Vasco, 2005). Neste seguimento, as necessidades são reconhecidas como um processo e inclinações circunstanciais do momento presente e do contexto relacional (Stern, 2004, tal como citado por Conceição & Vasco, 2005).

O Modelo de Complementaridade Paradigmática engloba uma Teoria da Adaptação compreensiva e integrativa, assente em sete pares dialéticos e

complementares de necessidades psicológicas, designadamente: *Prazer* (capacidade de experienciar e desfrutar de prazeres físicos e psicológicos) e *Dor* (capacidade de vivenciar dores inevitáveis, de diferenciar sofrimento produtivo de improdutivo e de atribuir um significado ao sofrimento); *Proximidade* (capacidade de estabelecer e manter relações de proximidade com os outros), e *Diferenciação* (capacidade de se diferenciar dos outros e de se auto-determinar); *Produtividade* (capacidade de concretizar desafios sentidos como valiosos) e *Lazer* (capacidade de se relaxar e sentir-se confortável com isso); *Controlo* (capacidade de exercer influência sobre o meio), e *Cooperação/Cedência* (capacidade de delegar, de abrir mão); *Exploração/Atualização* (ser capaz de explorar o meio e de se abrir à novidade) e *Tranquilidade* (ser capaz de apreciar o que se tem e o que é, no aqui e agora); *Coerência do Self* (reflete a congruência entre o Self Real e o Self Ideal, a congruência entre os pensamentos, sentimentos e comportamentos do próprio) e *Incoerência do Self* (capacidade de tolerar conflitos e incongruências ocasionais); *Autoestima* (capacidade de estar satisfeito consigo e de se estimar) e *Autocrítica* (capacidade de identificar, aceitar e aprender com insatisfações e erros pessoais) (Vasco, 2012; Vasco & Vaz-Velho, 2010).

O bem-estar psicológico resulta da capacidade regulatória adequada da satisfação das necessidades, nunca completamente satisfeitas, cujo grau de satisfação deriva de um processo contínuo de negociação e balanceamento das polaridades dialéticas (Vasco, 2012). O referido Modelo considera ambos os polos como adaptativos e complementares, o que torna fundamental a flexibilidade na movimentação entre eles. Deste modo, o bem-estar dependerá de uma regulação adequada em termos dialéticos, a nível horizontal entre os extremos e ao longo de cada polaridade, e a nível vertical entre as diversas polaridades (Faria & Vasco, 2011).

Por sua vez, de acordo com a Teoria da Perturbação do respetivo modelo, as diversas perturbações mentais resultam de desequilíbrios na regulação e consequente fixação num dos polos de uma polaridade dialética, não existindo apenas um lado patológico (Faria & Vasco, 2011). Como supramencionado, as emoções compreendem uma função de sinalização do grau de regulação da satisfação de necessidades e também de preparação para a ação, conducentes a ações substanciais para a regulação, promovendo equilíbrio e bem-estar e assegurando a otimização e qualidade da sobrevivência física e psicológica (Vasco, 2013). Tendo em conta que dificuldades no processamento emocional impossibilitam a regulação, existindo a possibilidade da desregulação emocional se cristalizar em perturbação psicológica, parece possível

afirmar que a regulação da satisfação das necessidades não é possível sem um funcionamento adequado do sistema emocional (Vasco, Faria, Vaz & Conceição, 2010). Em suma, o bem-estar é alcançado não só a partir da capacidade de regulação da satisfação das necessidades psicológicas, como também da vivência e processamento de emoções primárias adaptativas, tanto eufóricas como disfóricas, o que se configura como essencial para a saúde mental (Vasco, 2013).

Na Teoria da Intervenção do MCP, englobante das fases do processo terapêutico e das técnicas que permitem a promoção dos objetivos estratégicos, é contemplada a regulação da satisfação das necessidades em psicoterapia no que respeita à capacidade do paciente para regular a satisfação das suas necessidades (Vasco, 2013). Tal pode ser um guia inicial de tomada de decisão clínica, na medida em que quanto mais capaz de as regular, mais a intervenção poderá ser regulatória em termos de redução sintomática; e quanto menos capaz, mais benéfico será um trabalho terapêutico esquemático (Vasco, 2013). Vasco (2005) refere que *“só quando estamos afetivamente e efetivamente relacionados connosco próprios e com os outros é que conseguimos alcançar os nossos objetivos e satisfazer as nossas necessidades.”* (p.26).

5. Bem-Estar e *Distress* Psicológicos

A saúde mental tem como componentes principais o bem-estar, o funcionamento adequado do indivíduo e o seu funcionamento na comunidade, presentes no conceito de saúde mental proposto pela OMS (2005), que o define como *“um estado de bem-estar no qual o indivíduo está consciente das suas capacidades, é capaz de lidar com o stress habitual do dia-a-dia, trabalhar de forma produtiva e contribuir para a sua comunidade”* (OMS, 2005, tal como citado por Westerhof & Keyes, 2010). É então retirado o foco da restrita presença ou ausência de perturbação numa tentativa de compreensão da saúde mental como *“uma síndrome organizada a partir da ausência ou reduzida expressão de sinais de sofrimento ou doença mental, bem como da presença de sintomas de bem-estar emocional, psicológico e social”* (Novo, 2005, p.6). Várias investigações têm demonstrado a existência de duas dimensões na saúde mental, uma dimensão positiva, relativa ao bem-estar psicológico, e uma dimensão negativa relativa ao *distress* psicológico (Ribeiro, 2001).

O bem-estar tem sido um conceito e tópico central na comunidade científica, com diversas implicações não só a nível clínico, como governamental (Ryan & Deci, 2001), e, tal como a perturbação, assume-se como complexo e multifacetado e não unicamente

entendido e avaliado pela “*felicidade*” (Ryan & Huta, 2009). Diferenciam-se o bem-estar subjetivo, o bem-estar psicológico e o bem-estar social.

O bem-estar subjetivo tem como base filosófica a perspectiva hedônica que o compreende como felicidade subjetiva, com experiências de prazer versus desprazer, e diz respeito a julgamentos do indivíduo sobre elementos considerados bons e maus na sua vida (Ryan & Deci, 2001), com base em valores, necessidades, expectativas e crenças individuais (Novo, 2005). De acordo com o modelo de Diener (1984) e a partir do foco numa perspectiva individual e subjetiva, o bem-estar subjetivo é um conceito multidimensional, equivalente ao de felicidade, que compreende componentes de *satisfação com a vida*, *satisfação com domínios importantes*, *aumento do afeto positivo e níveis baixos de afeto negativo* (Diener, 2000). Como tal, a satisfação com a vida e a “felicidade” são entendidas como indicadores específicos da experiência subjetiva e individual de bem-estar (Novo, 2005).

O bem-estar psicológico insere-se numa perspectiva eudaimônica que entende a felicidade como “*a atividade da alma dirigida pela virtude*” (Novo, 2005, p.2). É entendido como uma manifestação do potencial humano derivado do desenvolvimento concordante com o verdadeiro *Self* (Ryan & Deci, 2001). De acordo com o modelo de Ryff & Keyes (1995) o bem-estar psicológico representa o desenvolvimento individual e funcionamento psicológico ótimos em seis dimensões: *autoaceitação* (avaliações positivas do *Self* e da narrativa de vida); *desenvolvimento pessoal* (crescimento e desenvolvimento contínuos como pessoa); *propósito de vida* (crença de que a vida tem sentido e significado); *relações positivas* (capacidade estabelecer relações interpessoais significativas de qualidade); *ação sobre o meio* (capacidade de gerir eficazmente a vida e o meio segundo necessidades e valores do próprio); e *autonomia* (capacidade de autodeterminação). Estas dimensões representam um funcionamento psicológico positivo a nível privado, abrangendo a perceção pessoal e interpessoal, apreciação do passado, envolvimento no presente e mobilização para o futuro (Novo, 2005).

O bem-estar social, também inserido na perspectiva eudaimônica, refere-se ao desenvolvimento dos indivíduos enquanto seres sociais, que têm “*responsabilidades a assumir, tarefas a cumprir e com direitos essenciais a fruir*” (Novo, 2005, p.2). O modelo de Keyes (1998) define-o como a avaliação e as perceções do próprio das circunstâncias, resultante do ajustamento e adaptação do indivíduo ao meio exterior. O bem-estar social é constituído por cinco dimensões representativas de desafios

encontrados pelos indivíduos, nomeadamente: *integração social*, *contribuição social*, *coerência social*, *aceitação social* e *atualização social* (Keyes, 1998).

De acordo com os três construtos de bem-estar supramencionados, Keyes e Magyar-Moe (2003) propõem um modelo integrativo de bem-estar subjetivo. Neste, o bem-estar emocional (correspondente ao bem-estar subjetivo tal como conceptualizado por Diener, 1984) e o funcionamento positivo convergem num modelo compreensivo, que inclui elementos da percepção da felicidade e satisfação com a vida, do balanceamento entre afetos positivos e negativos, e do bem-estar psicológico e social. Novo (2005) destaca a utilidade deste modelo referente à integração de aspetos do funcionamento psicológico primordiais na construção subjetiva e psicológica do bem-estar, e potenciadores do desenvolvimento a nível intra e interpessoal, e social.

O *distress* psicológico assume-se como um conceito difícil de conceptualizar, evidenciando-se na literatura a falta de clareza e a multiplicidade de definições. Apesar disso, é geralmente visto como mal-estar ou sofrimento psicológico associados a sintomas de essência variada. Concomitantemente, Drapeau, Marchand & Beaulieu-Prévost (2011) definem *distress* psicológico como um estado emocional de sofrimento caracterizado por sintomas de depressão, ansiedade e por sintomas somáticos que diferem consoante a cultura. Por sua vez, Fragoeiro (2008) define-o como a frustração e conflito acompanhados por sentimentos de desânimo e abandono pelo que, quando crónico, poderá levar à fraqueza no sistema imunitário. Ridner (2004) conceptualiza o *distress* psicológico como a experiência de um estado emocional de desconforto temporário ou permanente como resposta à frustração de necessidades ou a um stressor específico ou exigências, percecionadas como uma ameaça pessoal, podendo resultar em dano. Distinguem-se cinco atributos definidores deste construto: (1) *incapacidade percebida de lidar eficazmente com um stressor*; (2) *mudança no estado emocional*; (3) *sofrimento*; (4) *comunicação do sofrimento*; (5) *dano para o próprio* (Ridner, 2004). Também Masseuré (2000, tal como citado por Ridner, 2004) caracteriza o *distress* pela incapacidade de lidar eficazmente com as situações e pela conseqüente mudança no estado emocional que poderá originar ansiedade, depressão, desmotivação, irritabilidade, agressividade e autodepreciação. O autor refere que o *distress* pode ser compreendido no contexto da sua vivência através de narrativas individuais e subjetivas que integrem os sintomas na experiência de *distress* (Masseuré, 2000). Por sua vez, Lahtinen, Lehtinen, Rikonen, e Ahonen (1999) referem que os sintomas são uma

consequência de *distress* persistente ou temporário, experienciado no dia-a-dia do indivíduo consoante diversas situações ou dificuldades Lavikainen, Lahtinen, e Lehtinen (2000). De facto, o *distress* psicológico pode conceber-se como uma experiência emocional disruptiva com impacto no funcionamento social e no quotidiano dos indivíduos; como um fenómeno transitório, consistente com um estado de mal-estar numa reacção normativa a certos acontecimentos; ou ainda como critério de diagnóstico de perturbações de personalidade ou marcador da severidade dos sintomas de determinadas perturbações (Drapeau, Marchand, & Beaulieu Prévost, 2012).

6. Relações entre Necessidades Psicológicas, Bem-Estar e *Distress* Psicológicos

Diversas investigações sobre necessidades psicológicas partilham a importância do equilíbrio na satisfação das mesmas e o consequente contributo para a adaptação.

Vários estudos baseados na Teoria da Autodeterminação de Deci & Ryan (2000) enfatizam a centralidade das necessidades de competência, proximidade e autonomia para o bem-estar e saúde mental, sendo que a frustração crónica da sua satisfação encontra-se associada a fragmentação e *distress*, comprometendo assim o desenvolvimento do indivíduo e aumentando a sua vulnerabilidade à psicopatologia (Vansteenkiste & Ryan, 2013).

Uzman (2014) realizou um estudo incidente numa população de candidatos a professores com o objetivo de analisar a relação entre as necessidades psicológicas básicas tal como postuladas pela Teoria da Autodeterminação (Deci & Ryan, 2000), e a saúde psicológica. Observou que o aumento da satisfação das necessidades psicológicas básicas acompanhava-se de uma diminuição dos sintomas psicológicos, como a ansiedade, depressão ou a hostilidade (Uzman, 2014).

Também um estudo de Ferrand, Martinet, e Durmaz (2014), assente na Teoria da Autodeterminação de Deci & Ryan (2000), mostrou que numa população de 100 idosos a viver em lares, comparativamente aos indivíduos com uma baixa satisfação das necessidades psicológicas básicas, os indivíduos com uma elevada satisfação apresentaram níveis elevados e significativos de propósito de vida e crescimento pessoal; sendo estes indicadores de bem-estar e componentes cruciais para um funcionamento ótimo (Ferrand et al., 2014).

Di Domenico, Fournier, Ayaz e Ruocco (2013) forneceram apoio empírico à Teoria da Autodeterminação (Deci & Ryan, 2000), na medida em que, no estudo de neuro-imagem realizado, os resultados mostraram que quando em conflitos de decisão a

satisfação das necessidades psicológicas melhora a coordenação entre o conhecimento do próprio e a escolha de comportamento. Tendo em conta que as necessidades psicológicas básicas facilitam as tendências para desenvolver e agir de acordo com um *Self* coerente, estes resultados sugerem que a satisfação das necessidades promove capacidades de autorregulação que permitem responder de forma adaptativa e flexível a conflitos na tomada de decisão (Di Domenico et al., 2013).

Inseridos no Modelo de Complementaridade Paradigmática, estudos recentes relativos à regulação da satisfação das necessidades psicológicas e ao bem-estar e distress psicológicos apontam para a associação entre graus elevados de regulação de ambos os polos de cada polaridade dialética com maiores níveis de bem-estar e menores níveis de distress, comparativamente a uma baixa regulação da satisfação de ambos os polos ou a um grau elevado de regulação em apenas um dos polos (Bernardo & Vasco, 2011; Calinas & Vasco, 2011; Fonseca & Vasco, 2011; Guerreiro & Vasco, 2011; Rodrigues & Vasco, 2010; Rucha & Vasco, 2011). Do conjunto das sete polaridades dialéticas, tal não se verificou apenas para a polaridade *Prazer/Dor*, em que a uma elevada regulação da necessidade *Prazer* e uma baixa regulação do polo *Dor* corresponderam maiores níveis de bem-estar psicológico, ao passo que uma maior regulação da satisfação de ambos os polos dialéticos estaria associada a maiores níveis de *distress* (Cadilha & Vasco, 2010).

Com base nestes estudos, Conde e Vasco (2012) constataram que uma maior capacidade de regulação da satisfação das necessidades psicológicas levará a maiores níveis de bem-estar psicológico, e uma menor capacidade de regulação levará a maiores níveis de *distress*.

Face à menor capacidade de regulação da satisfação das necessidades, Sol e Vasco (2012) sugerem que a perturbação parece estar associada a maiores dificuldades nas capacidades de regulação da satisfação das polaridades e das necessidades; e realçam que a capacidade de regulação da satisfação de ambos os polos, dentro da mesma polaridade, é essencial para a saúde mental, estando também associada a menor sintomatologia. Neste seguimento, Sol e Vasco (2013) concluíram que indivíduos com maior perturbação apresentaram resultados médios mais baixos de regulação, resultados médios mais elevados de discrepância nas polaridades dialéticas e valores mais elevados de sintomatologia. Por sua vez, verificaram que indivíduos com menor discrepância nas polaridades apresentaram menor sintomatologia, nos indivíduos “perturbados” e “não-

perturbados”, para as polaridades *Produtividade/Lazer*, *Controlo/Cooperação*, *Exploração/Tranquilidade* e *Autoestima/Autocrítica*.

Conceição e Vasco (2013) mostraram a existência de uma relação mútua negativa, exceto para a discrepância *Autoestima/Autocrítica*, entre as discrepâncias nas polaridades dialéticas e a regulação da satisfação das necessidades psicológicas, em que quando uma aumenta, a outra tende a diminuir.

Por sua vez, Romão e Vasco (2013) verificaram que as discrepâncias nas necessidades se correlacionam negativa e significativamente com o bem-estar psicológico, e positiva e significativamente com o *distress* psicológico. Pressupõe-se então que, quanto maiores as dificuldades na regulação ou equilíbrio das necessidades dialéticas, mais elevados os níveis de *distress* psicológico e sintomatologia, e mais baixos os níveis de bem-estar. Na comparação de grupos de indivíduos "perturbados" e "não perturbados", apuraram que face às dificuldades na regulação de ambos os polos das polaridades no grupo dos "não perturbados", indivíduos com maior discrepância nas polaridades *Coerência do Self/Incoerência do Self* e *Autoestima/Autocrítica* apresentaram níveis mais baixos de bem-estar psicológico comparativamente aos indivíduos com menor discrepância; e que no grupo dos "perturbados" os indivíduos com maior discrepância nas polaridades apresentaram valores mais elevados de sintomatologia e mais baixos de bem-estar (Romão & Vasco, 2013).

No que concerne ao estudo sobre discrepâncias do *Self*, Ferreira e Vasco (2013) concluíram que quanto mais elevadas forem estas discrepâncias, menor a regulação da satisfação das necessidades. Quanto às discrepâncias de necessidades dialéticas, os resultados mostraram que o aumento da discrepância *Eu Real:Eu Ideal* se relacionou com o aumento das discrepâncias nas polaridades *Exploração/Tranquilidade* e *Autoestima/Autocrítica*; e o aumento da discrepância *Eu Real:Eu Obrigatório* as discrepâncias nas polaridades *Autoestima/Autocrítica*, *Exploração/Tranquilidade* e *Controlo/Cooperação* (Ferreira & Vasco, 2013).

7. Necessidades, Discrepâncias e Personalidade

A satisfação das necessidades parece ser um estado fundamental e essencial, não só por contribuir para a estabilidade dos sistemas conceptuais, como por proteger o indivíduo da desorganização e perturbação, consequentes da sua não satisfação. No Modelo de Níveis Múltiplos de Personalidade no Contexto, Sheldon, Cheng e Hilpert (2011) especificam quatro níveis: necessidades psicológicas, traços comportamentais e

disposições, objetivos e motivos, e o *Self*. Baseados nas necessidades postuladas na SDT e pressupondo que a natureza humana requer que o funcionamento permita a satisfação das necessidades, estas são vistas como basilares e universais, em que a sua satisfação é uma condição para uma "vida ótima"; enquanto que os três níveis seguintes podem variar entre os indivíduos (Sheldon, Cheng & Hilpert, 2011).

Na revisão de alguns estudos inseridos no MCP e cujos resultados encontram fundamento neste mesmo modelo, a regulação da satisfação de necessidades psicológicas implica o balanceamento ou equilíbrio entre os polos de necessidades. Tal é partilhado por Sheldon e Niemiec (2006), que com base na SDT identificaram o balanceamento na satisfação das necessidades psicológicas, que a par da quantidade total da satisfação, se revelaram importantes para a saúde psicológica.

Como anteriormente abordado, a Teoria do *Self* Cognitivo-Experiencial de Epstein (1993) sustenta que o desequilíbrio no balanceamento entre as necessidades básicas associa-se a comportamentos não adaptativos e a perturbação mental. Todas as necessidades podem tornar-se prepotentes pois, ao originarem quatro crenças centrais na teoria pessoal da realidade, aquando a invalidação destas e satisfação insuficiente das necessidades poderá ocorrer a desorganização da estrutura da personalidade (Epstein, 2003). A título de exemplo, Paranoia com ilusões de grandiosidade é entendida como uma reação compensatória face a ameaças à autoestima, existindo um desequilíbrio entre as necessidades, caracterizado por rigidez e foco no aumento da autoestima e sacrifício das restantes necessidades básicas (Epstein, 2003).

Apreende-se assim que uma inadequada movimentação entre necessidades básicas complementares e consequentes desequilíbrios na regulação podem potenciar o desenvolvimento de perturbações psicológicas. Relativamente aos desequilíbrios na regulação da satisfação das necessidades, as discrepâncias na regulação das necessidades caracterizam um funcionamento rígido e deficitário na regulação da satisfação de um polo de uma necessidade, e por uma excessiva regulação do polo correspondente e complementar. O mesmo raciocínio parece estar presente em teorias relativas à organização da personalidade.

Beck e colaboradores (Beck, Freeman & Davis, 2004) postularam que as diferenças individuais na personalidade derivavam de padrões cognitivos, afetivos e comportamentais oriundos de características inatas em interação com influências ambientais. A personalidade saudável era caracterizada pela movimentação eficiente nas polaridades, pelo que a fixação e o sub/sobredesenvolvimento dos padrões preconizam

perfis de perturbações de personalidade caracterizados em termos de polaridades, como *autonomia/intimidade* e *isolamento/reciprocidade* (Beck et al., 2004). A título de exemplo, Beck et al. (2004) caracterizaram a Perturbação Obsessivo-Compulsiva por um foco excessivo no controlo, responsabilidade e sistematização, acompanhado por um défice na espontaneidade e despreocupação.

Millon (1997) definiu a personalidade como um padrão complexo de características psicológicas que variam num contínuo entre normal e patológico e que se expressam automaticamente no funcionamento psicológico. Ao ser conceptualizada como uma totalidade intrínseca de diversos domínios em interação com o meio, são derivados estilos e padrões de personalidade de acordo com três polaridades: *Prazer/Dor*, *Self/Outro*; e *Passividade/Atividade* (Millon, Grossman, Millon, Meagher & Ramnath, 2004). É a flexibilidade adaptativa e o equilíbrio entre as polaridades que permite diferenciar a normalidade da patologia, pelo que, especificamente, a instabilidade nas situações de *stress*, a inflexibilidade adaptativa e a repetição de comportamentos obsessivos constituem-se como características de personalidade que perpetuam e identificam as perturbações (Millon & Davis, 1996). Neste sentido, Millon descreve também protótipos caracterizantes de estilos de personalidade, derivados da sua Teoria da Aprendizagem Biossocial e correspondentes às Perturbações de Personalidade do DSM-III (Pires, 2011). Por exemplo, o *Protótipo Ativo-Dependente* é uma junção de características da Personalidade Gregária segundo Millon, e da Perturbação Histriónica segundo o DSM-III (Pires, 2011).

A Teoria da Discrepância do *Self* de Higgins (1987,1989) concerne o desenvolvimento e estrutura das representações do *Self*, constituídas por pontos de vista (próprio/outros) e três domínios do *Self*: o Real, que procura alcançar a semelhança entre os domínios, e os orientadores Ideal e Obrigatório, que regulam e avaliam o *Self* Real. A perturbação psicológica configura-se como uma discrepância entre estes domínios (Higgins, 1987), pelo que, a título de exemplo, num estudo de Bentall, Kindermann & Manson (2005) referente à Perturbação Bipolar observaram-se discrepâncias associadas a diferentes fases da perturbação, em que na fase depressiva foram encontradas discrepâncias entre os *Selves* Real e Ideal, ao passo que na fase de mania se verificou a consistência entre estes domínios do *Self*.

O estudo de Ferreira e Vasco (2013) anteriormente referido aborda as relações entre as discrepâncias do *Self* e as discrepâncias nas polaridades de necessidades, sugerindo que o facto de as polaridades que mais contribuem para predizer o bem-estar,

o *distress* e a sintomatologia, juntamente com as discrepâncias do *Self*, serem *Autoestima/Autocrítica* e *Coerência do Self/Incoerência do Self*, pressupõem que a sua desregulação contribui mais para a perturbação.

8. Perfis de Discrepâncias de Necessidades Psicológicas

Tal como tem sido mencionado ao longo desta revisão, tão mais provável é o bem-estar quanto mais o indivíduo for competente em ambas as polaridades dialéticas, e a perturbação mental pode surgir da rigidificação em qualquer um dos polos. A título de exemplo, na polaridade *Proximidade/Diferenciação* a rigidificação da necessidade *Proximidade* sem competências de *Diferenciação* poderá originar dependência, enquanto que da fixação no polo *Diferenciação* sem competências de *Proximidade* poderá resultar em alienação ou sociopatia (Vasco, 2013).

À semelhança de autores como Millon et al. (2004), Beck (2004) e Higgings (1987, 1989) que partiram de certas discrepâncias para conceptualizarem as perturbações da personalidade, e partindo do pressuposto que a patologia resulta da rigidificação de qualquer polo das polaridades dialéticas postuladas pelo Modelo de Complementaridade Paradigmática (Conceição & Vasco, 2005); no âmbito do presente estudo pretendeu-se o desenvolvimento de Perfis de Discrepâncias de Necessidades Psicológicas que caracterizassem o registo ou estilo de funcionamento patológico aquando a fixação num polo em detrimento do polo complementar.

A criação destes Perfis prende-se com uma tentativa de compreensão do funcionamento psicológico alienante do ponto de vista da desregulação na satisfação das necessidades psicológicas. Neste seguimento, às respetivas discrepâncias na regulação das sete polaridades dialéticas correspondem catorze Perfis representativos do funcionamento patológico e não adaptativo. Uma vez que o indivíduo não habita uma determinada polaridade de uma forma flexível e saudável, preconiza-se que o seu funcionamento psicológico esteja representado na especificidade de cada Perfil a nível de comportamentos, cognições e afetos. Estes Perfis são brevemente apresentados, sendo que a caracterização mais completa dos mesmos encontra-se no Anexo A.

No Perfil + *Prazer - Dor* a capacidade de disfrutar prazeres físicos e psicológicos caracteriza-se por uma vivência sem qualidade ao ser compensatória de uma dificuldade em vivenciar dores inevitáveis, experienciar o sofrimento, diferenciar sofrimento produtivo ou improdutivo e de lhe atribuir um significado. Pensa-se que o

funcionamento seja marcado por um estilo Histriônico/Anestesiante, baseado no Protótipo Ativo-Dependente proposto por Millon (Pires, 2011). Por sua vez, no Perfil - *Prazer + Dor* a capacidade de experienciar, tolerar e aceitar o sofrimento bem como de diferenciar entre sofrimento produtivo ou improdutivo e de lhe atribuir um significado manifesta-se numa vivência de pouca qualidade ao associar-se a uma incapacidade de experienciar prazeres físicos e psicológicos. O funcionamento é marcado por um estilo Depressivo e Autoderrotista, cuja caracterização preconiza o Protótipo Depressivo de Millon, resultante da desregulação das polaridades *Dor/Passivo* (Pires, 2011), e de um Estilo de Personalidade Autoderrotista tal como conceptualizado por Millon (Choca, Shanley & Van Denburg, 1992; Craig, 2002).

No que respeita ao Perfil + *Proximidade - Diferenciação* a experiência de proximidade não é de qualidade visto a capacidade para estabelecer e manter relações íntimas se associar a uma dificuldade em exercer competências de diferenciação dos outros, de se auto-determinar e de tomar decisões independentes. Deste modo, pensa-se que o funcionamento seja marcado por um estilo Dependente e Autoderrotista, tendo por base um Estilo de Personalidade Submissa (Pires, 2011) e Autoderrotista para Millon (Choca, Shanley & Van Denburg, 1992; Craig, 2002). Inversamente, no Perfil - *Proximidade + Diferenciação* a capacidade de diferenciação e de autodeterminação em relação ao outro é de pouca qualidade ao ser compensatória de uma dificuldade em estabelecer e manter relações de proximidade. Pressupõe-se que o funcionamento seja marcado por um estilo Evitante e "Esquizo", baseado nos Estilos Evitante, Esquizóide e Esquizotípico de Millon (Choca, Shanley & Van Denburg, 1992; Craig, 2002).

No Perfil + *Produtividade - Lazer*, a capacidade de realizar ações ou desafios considerados importantes ou valiosos para o indivíduo traduz-se numa vivência sem qualidade ao associar-se a uma incapacidade de conseguir relaxar e de se sentir confortável por fazê-lo. Pensa-se que no funcionamento do indivíduo seja saliente a expressão de um *Estilo de Comportamento Tipo A* de acordo com a conceptualização de Friedman e Rosenman (1974, tal como citados por Evans, 1990) e *Obsessivo-Compulsivo*, baseado na conceptualização do Estilo de Personalidade Obsessivo-Compulsivo conceptualizado por Millon (Choca, Shanley & Van Denburg, 1992; Craig, 2002). Quanto ao Perfil - *Produtividade + Lazer*, a capacidade de relaxar e de se sentir confortável com isso revela-se de pouca qualidade uma vez que é compensatória de uma incapacidade de realizar ações ou desafios considerados importantes ou valiosos para o

indivíduo. Presume-se que no funcionamento seja predominante um registo Ocioso e de Procrastinação, tal como conceptualizada por Klingsieck (2013).

Relativamente ao Perfil + *Controlo - Cooperação* a capacidade de influenciar o meio sem a influência de forças externas não é de qualidade ao ser compensatória de uma dificuldade em delegar e de cooperar com os outros, partilhando o controlo pessoal. Presume-se que o funcionamento seja marcado por um Estilo Obsessivo-Compulsivo, baseado nas conceptualizações de Millon do Estilo de Personalidade Obsessivo-Compulsivo e Agressivo-Sádico (Choca, Shanley & Van Denburg, 1992; Craig, 2002). No Perfil - *Controlo + Cooperação/Cedência* a capacidade de delegar bem como de cooperar com os outros partilhando o controlo é de pouca qualidade, na medida em que funciona como compensação de uma incapacidade de influenciar o meio. Pensa-se que o funcionamento seja marcado por um Estilo Passivo-Agressivo e Autoderrotista, baseados nos respetivos estilos descritos por Millon (Choca, Shanley & Van Denburg, 1992; Craig, 2002).

No Perfil + *Exploração - Tranquilidade* a capacidade de explorar e de se expor a novos ambientes e contextos não é de qualidade e funciona como compensação de uma incapacidade de apreciar o que se tem na vida e o que se é, no aqui e agora. Presume-se que o funcionamento caracterize um Estilo "*Sensation-Seeking*" (Roth & Hammelstein, 2011); Comportamento Tipo A (Friedman e Rosenman, 1974, tal como citados por Evans, 1990) e Borderline de acordo com o Protótipo Ciclóide descrito por Millon (Pires, 2011). Por sua vez, no Perfil - *Exploração + Tranquilidade* a capacidade de apreciar o que se tem na vida e o que se é, no aqui e no agora, torna-se sem qualidade por compensar uma dificuldade em explorar e de se expor a novos ambientes. Presume-se que o funcionamento se caracterize por um Estilo Resignado, não se encontrando uma base teórica que suporte a caracterização realizada.

No Perfil + *Coerência do Self – Incoerência do Self* a capacidade de experienciar congruência entre *Self Real* e *Self Ideal*, e entre pensamentos, sentimentos e comportamentos não é de qualidade, uma vez que esta experiência é compensatória de uma dificuldade em tolerar conflitos e incongruências ocasionais. Pensa-se que o funcionamento seja marcado por um estilo rígido, de Armadura Caracterial (Reich, 1972), e Paranoide, segundo o Protótipo Paranoide de Millon (Choca, Shanley & Van Denburg, 1992; Craig, 2002). Inversamente, no Perfil - *Coerência do Self + Incoerência*

do *Self* a capacidade para tolerar conflitos e incongruências ocasionais não é de qualidade na medida em que é compensatória de uma dificuldade em experienciar incongruência entre *Self Real*, *Self Ideal* e entre pensamentos, sentimentos e comportamentos. Pensa-se que predomine um Estilo Depressivo, Ansioso e Borderline, de acordo com o Padrão Ansioso e os Protótipos Depressivo e Ciclóide descritos por Millon (Pires, 2011).

Quanto ao Perfil + *Autoestima - Autocrítica*, a capacidade para se estimar e de estar satisfeito consigo próprio é compensatória de uma incapacidade de identificar, aceitar e aprender com as insatisfações e erros pessoais, traduzindo-se numa vivência sem qualidade. Presume-se que o funcionamento se caracterize por um Estilo Narcísico e Antissocial cuja conceptualização se baseia nas Personalidades Narcísica e Agressiva descritas por Millon (Choca, Shanley & Van Denburg, 1992; Craig, 2002). Por fim, no Perfil - *Autoestima + Autocrítica* a capacidade de identificar, aceitar e aprender com insatisfações e erros pessoais revela-se sem qualidade uma vez que é compensatória de uma dificuldade de se estimar e de estar satisfeito consigo próprio. Pensa-se que o funcionamento seja sugestivo de um Estilo Depressivo, caracterizado segundo o Protótipo Depressivo de Millon, resultante da desregulação das polaridades *Dor/Passivo* (Pires, 2011).

Metodologia

A par da revisão de literatura apreende-se a importância de uma regulação equilibrada da satisfação das necessidades para a promoção do Bem-estar Psicológico. O balanceamento e a regulação de ambos os polos apresentam-se essenciais para a diminuição do risco de desenvolvimento de perturbações psicológicas que, segundo a Teoria da Perturbação do Modelo de Complementaridade Paradigmática, resultam de desequilíbrios no processo de regulação da sua satisfação (Faria & Vasco, 2011).

Como mencionado anteriormente, estudos sobre as discrepâncias na regulação da satisfação das necessidades psicológicas mostraram na generalidade a sua relação com o Bem-estar e *Distress* Psicológicos e Sintomatologia, correspondendo valores mais elevados de discrepância a menor Bem-estar Psicológico e maior *Distress* Psicológico e Sintomatologia, e vice-versa (Conceição & Vasco, 2013; Conde & Vasco, 2012; Ferreira & Vasco, 2013; Romão & Vasco, 2013; Sol & Vasco, 2012/2013).

Por sua vez, presume-se que a existência de um determinado Perfil característico de um funcionamento discrepante nas polaridades dialéticas poderá implicar um nível menor de Bem-estar Psicológico e maior de *Distress*.

Tendo em conta que a Escala de Regulação da Satisfação das Necessidades (ERSN; Vasco, Bernardo, Cadilha, Calinas, Conde, Fonseca, Guerreiro, Rodrigues & Rucha, 2011/2012) é um instrumento que avalia o grau de regulação da satisfação das necessidades e polaridades dialéticas referidas pelo Modelo de Complementaridade Paradigmática (Vasco, 2012); a Escala de Perfis de Discrepâncias de Necessidades Psicológicas (EPDN, Vasco, Barcelos, Carolino, Lopes & Várzea, 2014) representa a relação entre as discrepâncias nas sete polaridades dialéticas e a existência de um perfil característico de um estilo de funcionamento alienante. Uma vez que na ERSN a concordância e discordância com as premissas nos itens constituintes permite avaliar o grau de satisfação das necessidades psicológicas, na EPDN espera-se avaliar o funcionamento discrepante nas polaridades, partindo da possibilidade de resultados elevados num perfil poderem indicar a concordância com itens representativos do respetivo registo.

Com base na finalidade do Inventário Clínico Multiaxial de Millon (MCMI-III) destinado à deteção de perturbações mentais e à caracterização dos estilos e perturbações de personalidade (Pires, 2011), a construção da EPDN surge na tentativa de traçar um perfil representativo do funcionamento patológico característico dos respetivos Perfis de Discrepâncias a nível cognitivo, emocional e comportamental.

A Escala de Validade da ERSN-57, construída por Conceição (2013) pretende ilustrar e avaliar funcionamentos rígidos, contrários à movimentação dialética das polaridades e, portanto, representativos de fixação nos polos de necessidades. Espera-se que a EPDN se assuma como um instrumento mais fidedigno para a avaliação destes modos de funcionamento, colmatando a fraca consistência interna da Escala de Validade, e apresentando relações mais fortes que esta escala com o Bem-estar e *Distress* Psicológicos.

Objetivos

Enquadrado no Modelo de Complementaridade Paradigmática, o presente estudo tem como objetivos:

(1) Avaliar as propriedades psicométricas do instrumento de medida desenvolvido para avaliar os Perfis de Discrepâncias de Necessidades Psicológicas;

(2) Analisar as associações entre os perfis e i) a regulação da satisfação das necessidades psicológicas, ii) o bem-estar psicológico, iii) o *distress* psicológico, e iv) a escala de validade da ERSN-57;

(3) Estudar o valor preditivo dos perfis relativamente i) à regulação da satisfação das necessidades, ii) ao bem-estar psicológico, iii) ao *distress* psicológico, e iv) a escala de validade da ERSN-57;

(4) Comparar grupos com diferentes resultados globais nos perfis em relação i) ao bem-estar psicológico, ii) ao *distress* psicológico, e iii) à regulação da satisfação das necessidades psicológicas;

(5) Comparar grupos formados com base nos perfis e na regulação da satisfação das necessidades quanto aos níveis de i) bem-estar psicológico e ii) *distress* psicológico;

(6) Estudar se entre a EPDN, a ERSN-57 e a Escala de Validade da ERSN-57 alguma é um preditor mais forte dos resultados em i) bem-estar psicológico, e ii) *distress* psicológico.

Hipóteses

A partir destes objetivos e de acordo com a revisão de literatura, espera-se que:

H1. Os perfis de discrepâncias de necessidades psicológicas se correlacionem com a regulação da satisfação das necessidades, em que resultados elevados nos perfis correspondam a um menor grau de regulação;

H2. Os perfis de discrepâncias de necessidades psicológicas se correlacionem com o Bem-estar e *Distress* Psicológicos, em que resultados elevados nos perfis correspondam a elevados níveis de *Distress* Psicológico e baixos níveis de Bem-estar Psicológico;

H3. Os perfis de discrepâncias de necessidades psicológicas se correlacionem com um modo de funcionamento rígido nas polaridades dialéticas, em que resultados elevados nos perfis correspondam a valores mais elevados indicativos desse funcionamento;

H4. Os perfis de discrepâncias de necessidades psicológicas contribuam para predizer i) a regulação da satisfação das necessidades psicológicas; ii) o Bem-estar e *Distress* Psicológicos; iii) um modo rígido de funcionamento nas polaridades dialéticas;

H5. Indivíduos com resultados elevados nos perfis de discrepâncias de necessidades psicológicas apresentem um maior nível de *Distress* Psicológico e um menor nível de Bem-estar Psicológico e de regulação da satisfação das necessidades psicológicas;

H6. Indivíduos com resultados baixos nos perfis de discrepâncias e resultados elevados na regulação da satisfação das necessidades apresentem maiores níveis de Bem-estar Psicológico e menores de *Distress* Psicológico, do que indivíduos com resultados elevados nos perfis e resultados baixos na regulação da satisfação das necessidades;

H7. A EPDN obtenha resultados estatisticamente mais significativos do que a ERSN-57 e a Escala de Validade da ERSN-57 na predição dos resultados de Bem-estar Psicológico e de *Distress* Psicológico.

No presente estudo de natureza quantitativa foram considerados como variáveis (1) os Perfis de Discrepâncias das Necessidades Psicológicas, avaliados pela Escala de Perfis de Discrepâncias de Necessidades (*EPDN*; Vasco, Barcelos, Carolino, Lopes & Várzea, 2013); (2) a regulação da satisfação das necessidades psicológicas, avaliada pela *Escala de Regulação da Satisfação de Necessidades- versão reduzida de 57 itens (ERSN-57*; Vasco, Bernardo, Cadilha, Calinas, Ferreira, Fonseca, Guerreiro, Rodrigues, Romão, Rucha, Silva & Vargues-Conceição 2011/2012/2013); (3) o modo de funcionamento rígido nas polaridades dialéticas avaliado pela Escala de Validade da ERSN-57; e (3) o Bem-estar e *Distress* Psicológicos, avaliados pelo *Inventário de Saúde Mental (ISM*; Duarte-Silva & Novo, 2002, versão portuguesa do *Mental Health Inventory – MHI*, Ware, Johnston, Davies-Avery, & Brook, 1979).

A análise estatística realizada foi efetuada com o recurso ao *software Statistical Package for the Social Sciences 22 (SPSS*; SPSS Inc., Chicago, IL).

1. Procedimentos e Participantes

Para a presente investigação os três instrumentos utilizados e acima mencionados foram lançados na plataforma *online Qualtrics*, no período compreendido entre os meses de Junho e Julho de 2014.

Uma vez que a amostra foi comum a três investigações, foram também inseridos nesta plataforma outros quatro instrumentos: os três instrumentos anteriormente referidos e a *Escala de Processos de Regulação da Satisfação das Necessidades* (EPRSN; Vasco, Barcelos, Carolino, Lopes & Várzea, 2014); o *Teste de Propósito e Sentido da Vida* (PIL; tradução portuguesa do *Purpose in Life Test*, Crumbaugh & Maholick, 1964); o *Questionário do Sentido da Vida* (MLQ; tradução do *Meaning in Life Questionnaire*, Steger, Frazier, Oishi, & Kaler, 2006); e o *Inventário de Sintomas Psicopatológicos* (BSI; Canavarro, 1995, versão portuguesa do *Brief Symptom Inventory*, Derogatis, 1993).

A amostra foi obtida segundo um critério de conveniência. Os sujeitos deviam preencher condições necessárias à participação no estudo, nomeadamente ter mais de 18 anos, ter no mínimo o 9º ano de escolaridade ou equivalente, e ter o português como língua materna. A participação no estudo era anónima, o que não permitiu a identificação pessoal dos sujeitos que deram o consentimento informado quanto à sua participação. As condições de participação e a declaração de consentimento informado encontram-se no Anexo B.

Para a posterior caracterização da amostra e antes do preenchimento dos instrumentos supramencionados os sujeitos preencheram as seguintes questões: género, idade, habilitações literárias (9.º ano ou equivalente; 12.º ano ou equivalente; bacharelato; licenciatura; mestrado; doutoramento), conjugalidade (com ou sem uma relação estável), e acompanhamento psicológico, psicoterapêutico ou psiquiátrico (se naquele momento estavam a tê-lo).

No Quadro 1 apresenta-se a caracterização das amostras quanto aos instrumentos utilizados no presente estudo, tendo em conta que nem todos os participantes responderam à totalidade dos mesmos.

Quadro 1. Caracterização da amostra do presente estudo

		EPDN	ERSN-57	ISM
		Freq. (%)	Freq. (%)	Freq. (%)
<i>N</i>		185	174	169
Idade	<i>M</i>	29.07	28.69	28.89
	<i>DP</i>	11.759	11.437	11.531
	Mínimo	18	18	18
	Máximo	72	67	67
	Gênero			
	Masculino	51 (27.6%)	48 (27.6%)	47 (27.8%)
	Feminino	134 (72.4%)	126 (72.4%)	122 (72.2%)
Acompanhamento				
Terapêutico	Sim	17 (9.2%)	17 (9.8%)	17 (10.1%)
	Não	168 (90.8%)	157 (90.2%)	152 (89.9%)
Conjugalidade				
	C/ relação amorosa estável	110 (59.5%)	102 (58.6%)	98 (58%)
	S/ relação amorosa estável	75 (40.5%)	72 (41.4%)	71 (42%)
Habilitações				
Literárias	9º Ano ou equivalente	11 (5.9%)	8 (4.6%)	7 (4.1%)
	12º Ano ou equivalente	55 (29.7%)	50 (28.7%)	48 (28.4%)
	Bacharelato	4 (2.2%)	4 (2.3%)	4 (2.4%)
	Licenciatura	94 (50.8%)	91 (52.3%)	90 (53.3%)
	Mestrado	21 (11.4%)	21 (12.1%)	20 (11.8%)

2. Instrumentos de Medida

2.1. Escala de Perfis de Discrepâncias de Necessidades Psicológicas (EPDN) (Anexo C)

Os Perfis de Discrepâncias de Necessidades Psicológicas foram avaliados através da Escala de Perfis de Discrepâncias de Necessidades Psicológicas (EPDN; Vasco, Barcelos, Carolino, Lopes & Várzea, 2014).

A EPDN consiste num instrumento de autorrelato, construído no âmbito da presente investigação, em que a resposta é apresentada numa escala de *Likert* de oito pontos, variando entre 1 “Discordo totalmente” e 8 “Concordo totalmente”.

Após a realização de um pré-teste e considerando a relevância teórica dos itens, a EPDN foi reduzida a uma versão final de 66 itens, distribuídos por catorze escalas correspondentes a cada um dos perfis de discrepâncias, nomeadamente: + *Prazer - Dor* (quatro itens: 1, 15, 29, 43); - *Prazer + Dor* (quatro itens: 8, 22, 36, 50); + *Proximidade - Diferenciação* (cinco itens: 2, 16, 30, 44, 57); - *Proximidade + Diferenciação* (cinco itens: 9, 23, 37, 51, 62); + *Produtividade - Lazer* (cinco itens: 3, 17, 31, 45, 58); - *Produtividade + Lazer* (quatro itens: 10, 24, 38, 52); + *Controlo - Cooperação* (cinco itens: 4, 18, 32, 46, 59); - *Controlo + Cooperação* (quatro itens: 11, 25, 39, 53); + *Exploração - Tranquilidade* (quatro itens: 5, 19, 33, 47); - *Exploração + Tranquilidade* (cinco itens: 12, 26, 40, 54, 63); + *Coerência do Self - Incoerência do Self* (cinco itens: 6, 20, 34, 48, 60); - *Coerência do Self + Incoerência do Self* (seis itens: 13, 27, 41, 55, 64, 66); + *Autoestima - Autocrítica* (cinco itens: 7, 21, 35, 49, 61); e - *Autoestima + Autocrítica* (cinco itens: 14, 28, 42, 56, 65).

2.2. Escala de Regulação da Satisfação das Necessidades - versão reduzida de 57 itens (ERSN-57) (Anexo D)

A regulação da satisfação de necessidades psicológicas e o funcionamento rígido representativo de estagnação nos polos de necessidades foram avaliadas através da Escala de Regulação da Satisfação das Necessidades na sua versão reduzida com 57 itens (ERSN-57; Vasco, Bernardo, Cadilha, Calinas, Conde, Ferreira, Fonseca, Guerreiro, Rodrigues, Romão, Rucha, Silva & Vargues-Conceição, 2013). Consiste num instrumento de autorrelato em que a resposta se apresenta numa escala de *Likert* de oito pontos que varia entre 1 “Discordo totalmente” e 8 “Concordo totalmente”.

Desde a sua versão original que a Escala de Regulação da Satisfação das Necessidades (ERSN; Vasco, Bernardo, Cadilha, Calinas, Conde, Fonseca, Guerreiro, Rodrigues & Rucha, 2011/2012) tem vindo a ser estudada e aperfeiçoada ao longo dos anos, cujos estudos demonstraram a elevada consistência interna do instrumento global (Conde, 2012). Novamente sujeita a reformulação (Conde, 2013, comunicação pessoal; Conceição, 2013), a escala utilizada no presente estudo tem 57 itens, entre os quais 14 itens de validade que ilustram modos de funcionamento rígido contrários à movimentação dialética das polaridades e que constituem a Escala de Validade do presente instrumento (Conceição, 2013). Os itens de validade são analisados em separado, pelo que as análises efetuadas neste estudo relativas à regulação da satisfação das necessidades baseiam-se apenas nos 43 itens que constituem a Escala Global da ERSN-57, referentes às catorze subescalas de necessidades psicológicas, agrupadas em sete subescalas de polaridades dialéticas: *Prazer/Dor*, *Proximidade/Diferenciação*, *Produtividade/Lazer*, *Controlo/Cooperação*, *Exploração/Tranquilidade*, *Coerência do Self/Incoerência do Self* e *Autoestima/Autocrítica*. A composição das escalas e subescalas da ERSN-57 encontra-se em anexo (Anexo F).

Apesar de na versão original deste instrumento estarem incluídas três colunas de resposta dos *selves* real, ideal e obrigatório, optou-se por não se realizar uma referência a estas instâncias ao não serem objeto de estudo na presente investigação.

No presente estudo a Escala Global da ERSN-57 apresenta uma consistência interna (alfa de *Cronbach*) muito elevada ($\alpha=.95$), sendo *Autoestima* ($\alpha=.93$) e *Dor* ($\alpha=.49$) as subescalas de necessidades com maior e menor consistência interna, respetivamente. A Escala de Validade apresenta uma consistência interna baixa ($\alpha=.69$), sendo que apesar de aconselhado que os valores de alfa de *Cronbach* sejam superiores a .70 (Pallant, 2007), Maroco e Garcia-Marques (2006) indicam que valores acima de .60 podem ser considerados aceitáveis, desde que interpretados com precaução. No Quadro 2 encontram-se os valores de consistência interna das escalas e subescalas obtidas no presente estudo e no estudo anterior de Conceição (2013).

Quadro 2. Consistência interna (alfa de Cronbach) da ERSN-57

Escala e Subescalas	α Conceição (2013)	α Presente Estudo
	N=271	N=174
Escala Global	.94	.95
Escala Validade	.58	.69
Prazer	.80	.81
Dor	.27	.49
Prazer/Dor	.59	.66
Proximidade	.74	.73
Diferenciação	.64	.55
Proximidade/Diferenciação	.66	.69
Produtividade	.88	.90
Lazer	.68	.71
Produtividade/Lazer	.82	.85
Controlo	.80	.68
Cooperação	.74	.72
Controlo/Cooperação	.78	.77
Exploração	.76	.76
Tranquilidade	.79	.85
Exploração/Tranquilidade	.79	.81
Coerência do Self	.82	.78
Incoerência do Self	.66	.63
Coerência do Self/Incoerência do Self	.85	.84
Autoestima	.89	.93
Autocrítica	.59	.70
Autoestima/Autocrítica	.79	.85

2.3. Inventário de Saúde Mental (ISM) (Anexo E)

O Bem-estar e o *Distress* Psicológicos foram avaliados através do Inventário de Saúde Mental (ISM; versão portuguesa de José L. Pais-Ribeiro, 2001, adaptado por M. E. Duarte-Silva e R. Novo, 2002, FPCE-UL, do “*Mental Health Inventory*” - MHI, Ware, Johnston, Davies-Avery, & Brook, 1979). Consiste num inventário padronizado de autorrelato com o objetivo de avaliar a saúde mental, e é constituído por 38 itens de resposta numa escala de *Likert* de 5 ou 6 pontos.

O ISM é composto por duas dimensões, o Bem-estar Psicológico e o *Distress* Psicológico, caracterizadoras de um estado de saúde mental positivo e outro negativo, respetivamente (Ribeiro, 2001). Estas duas dimensões correspondem às respetivas

escalas, pelo que a escala *Distress Psicológico* (constituída por vinte e quatro itens) divide-se nas subescalas *Ansiedade* (dez itens; 3, 11, 13, 15, 22, 25, 29, 32, 33, 35), *Depressão* (cinco itens; 9, 27, 30, 36, 38) e *Perda de Controlo Emocional/Comportamental* (nove itens; 8, 14, 16, 18, 19, 20, 21, 24, 28); e a escala *Bem-estar Psicológico* (catorze itens) divide-se nas subescalas *Afeto positivo* (onze itens; 1, 4, 5, 6, 7, 12, 17, 26, 31, 34, 37) e *Laços Emocionais* (três itens; 2, 10, 23).

Os resultados combinados destas duas dimensões formam o Índice de Saúde Mental, em que valores mais elevados correspondem a melhor saúde mental. Para este estudo foram apenas utilizados os resultados correspondentes às escalas de Bem-Estar Psicológico e de *Distress Psicológico*.

Na sua versão original e em estudos posteriores, o ISM revelou boas qualidades psicométricas quanto à precisão. Na presente investigação tanto as dimensões Bem-estar e *Distress Psicológicos* mostram níveis de consistência interna elevados ($\alpha=.94$ e $\alpha=.95$, respetivamente), consistentes com os resultados de estudos anteriores.

As qualidades psicométricas a nível da consistência interna do ISM, tanto no presente estudo como em estudos anteriores, são apresentadas no Quadro 3.

Quadro 3. Consistência interna (alfa de Cronbach) do ISM

Escalas e Subescalas	α Instrumento Original	α Ribeiro (2001)	α Novo (2004)	α Presente Estudo
Ansiedade	.90	.91	.89	.92
Depressão	.86	.85	.86	.83
Perda de Controlo	.83	.87	.84	.86
Afeto Positivo	.92	.91	.87	.94
Laços Emocionais	.81	.72	.73	.76
<i>Distress Psicológico</i>	.94	.95	.95	.95
Bem-estar Psicológico	.92	.91	.90	.94
Escala Global	.96	.96	.96	.97

Resultados

Os resultados da presente investigação são seguidamente apresentados de acordo com a sequência dos objetivos supramencionados.

1. Avaliação das qualidades psicométricas da EPDN

1.1. Estrutura fatorial

A análise fatorial ao instrumento não possibilitou a extração de uma estrutura fatorial com sentido teórico. Procedeu-se à continuação da avaliação das qualidades psicométricas do instrumento assumindo-se que as suas escalas são definidas apenas a nível teórico.

1.2. Consistência interna

A EPDN na sua versão global apresenta um valor de alfa de *Cronbach* de .93, o que segundo DeVellis (2003, tal como citado por Pallant, 2007) é indicativo de um nível elevado de consistência interna ao ser superior a .7.

Relativamente a cada uma das escalas que constituem o instrumento, os valores de alfa de *Cronbach* variam entre o mínimo de .57 para a escala + *Controlo - Cooperação*, valor que é sugestivo de um nível baixo de consistência interna; e entre o valor máximo de .91 para a escala - *Coerência do Self + Incoerência do Self*.

Face ao valor de alfa obtido para a escala + *Controlo - Cooperação*, no que respeita à correlação item-total corrigida Field (2009) refere que os itens cuja correlação é inferior a .30 devem ser excluídos por não se correlacionarem com a escala, o que se verifica no *item 59* ($r=.254$). Contudo, decidiu-se não retirar o respetivo item tendo em conta que a exclusão de qualquer item que constitui esta escala contribuiria para diminuição do valor de alfa de *Cronbach*. Para além disso, considerando a escala global seria mínima a diferença no valor de alfa se o respetivo item fosse retirado.

Nas escalas + *Prazer - Dor*, + *Proximidade - Diferenciação*, + *Exploração - Tranquilidade* e + *Coerência do Self - Incoerência do Self*, os valores de alfa apesar de inferiores a .70 são superiores a .60 e considerados como aceitáveis segundo Maroco e Garcia-Marques (2006), desde que interpretados com precaução. Relativamente à escala + *Prazer - Dor* ($\alpha=.66$), foi ponderada a exclusão do *item 29* uma vez que este, se excluído, aumentaria o valor de alfa de *Cronbach* para .71, e apresenta uma correlação item-total corrigida inferior a .30 ($r=.25$). Tendo em conta que, ao se considerar a escala

global, a diferença no valor de alfa se o respectivo item fosse excluído seria mínima e dada a relevância teórica do mesmo, decidiu-se não o retirar.

As restantes escalas que formam o instrumento assumem valores de alfa de *Cronbach* situados acima do ponto de corte e, portanto, aceitáveis. No que respeita às escalas + *Produtividade - Lazer* e - *Autoestima + Autocrítica*, apesar de ser indicado que a exclusão de um item aumentaria o valor alfa, decidiu-se não se prosseguir com a exclusão tendo em conta que os valores de alfa de *Cronbach* das mesmas escalas são aceitáveis; que as respetivas correlações item-total corrigidas são superiores a .30; e que ao se considerar a escala global a diferença no valor de alfa seria mínima.

No Anexo G são apresentados os resultados referentes aos valores de consistência interna da EPDN Global e das catorze escalas correspondentes a cada um dos perfis.

1.3. Correlações entre escalas

As correlações entre as escalas da EPDN e entre a escala global, analisadas através do Coeficiente de *Pearson*, encontram-se representadas no Anexo H.

Com base nos critérios de Cohen (1988, tal como citado por Pallant, 2007) para a interpretação dos coeficientes obtidos, as correlações entre as catorze escalas e a escala global são na sua generalidade fortes, significativas e positivas. Excetuam-se as correlações fracas entre a escala global e + *Coerência do Self - Incoerência do Self* ($r=.043$, $p=.564$), e + *Autoestima - Autocrítica* ($r=.21$, $p\leq.01$); e as correlações moderadas entre a escala global e + *Prazer - Dor* ($r=.41$, $p\leq.01$), e - *Exploração + Tranquilidade* ($r=.45$, $p\leq.01$). Os valores das correlações variam entre o mínimo .04 ($p=.564$) na correlação com a escala + *Coerência do Self - Incoerência do Self*, e entre o valor máximo .80 ($p\leq.01$) com a escala - *Coerência do Self + Incoerência do Self*.

Quanto às correlações das catorze escalas da EPDN os resultados diferem relativamente à força, significância e valência, no sentido em que se verificam correlações na sua generalidade negativas e predominantes entre as escalas + *Coerência do Self - Incoerência do Self* e + *Autoestima - Autocrítica* e as restantes escalas que formam o instrumento; e correlações na sua generalidade fracas entre a escala + *Prazer - Dor* e as restantes escalas da EPDN.

As correlações negativas e significativas encontram-se entre as escalas + *Exploração - Tranquilidade* / - *Exploração + Tranquilidade* ($r=-.19$, $p\leq.01$); - *Prazer +*

Dor/ + Coerência do Self - Incoerência do Self ($r=-.23, p\leq.01$); *+ Coerência do Self - Incoerência do Self /- Coerência do Self + Incoerência do Self* ($r=-.36, p\leq.01$); *+ Coerência do Self - Incoerência do Self / - Autoestima + Autocrítica* ($r=-.35, p\leq.01$); *- Coerência do Self + Incoerência do Self /+ Autoestima - Autocrítica* ($r=-.19, p\leq.05$); e *+ Autoestima - Autocrítica/- Autoestima + Autocrítica* ($r=-.20, p\leq.01$).

Os valores do coeficiente de *Pearson* variam entre o valor mínimo $-.03$ nas correlações entre *+ Autoestima - Autocrítica* e as escalas *- Prazer + Dor* ($p=.696$) e *+ Produtividade - Lazer* ($p=.734$); e entre o valor máximo $.83$ ($p\leq.01$) na correlação entre *- Coerência do Self + Incoerência do Self/- Autoestima + Autocrítica*.

2. Análise das relações entre as variáveis

2.1. Correlações entre os Perfis, a Regulação da satisfação das necessidades e a Escala de Validade da ERSN-57

As correlações entre as variáveis foram analisadas através do Coeficiente de *Pearson*. Os respectivos resultados encontram-se no Quadro 4.

Relativamente à ERSN-57 Global, verifica-se uma correlação negativa forte e significativa entre a EPDN Global e esta variável ($r=-.548, p\leq.01$).

Nas correlações entre as escalas da EPDN e a ERSN-57 Global todas se apresentam negativas exceto a correlação positiva fraca e não significativa com *+ Exploração - Tranquilidade* ($r=.030, p=.695$), as correlações positivas fracas e significativas com escalas *+ Prazer - Dor* ($r=.152, p\leq.05$) e *+ Autoestima - Autocrítica* ($r=.212, p\leq.01$), e a correlação positiva moderada e significativa com *+ Coerência do Self - Incoerência do Self* ($r=.450, p\leq.01$). As correlações variam entre o valor mais baixo e não significativo de $.03$ para a escala *+ Exploração - Tranquilidade* ($p=.695$), e o valor máximo de $-.69$ para *- Autoestima + Autocrítica* ($p\leq.01$).

No que respeita à Escala de Validade da ERSN-57, verifica-se uma correlação positiva forte e significativa entre a EPDN Global e esta variável ($r=.558, p\leq.001$).

Nas correlações entre as escalas da EPDN e a Escala de Validade, todas se apresentam positivas e significativas, variando na sua força entre fraca a moderada. Estas variam entre o valor mais baixo e fraco de $.22$ para a escala *- Prazer + Dor* ($p\leq.01$), e o valor máximo de $.44$ para *+ Exploração - Tranquilidade* ($p\leq.001$).

Quadro 4. Correlações entre Perfis, a Regulação da satisfação das necessidades psicológicas e a Escala de Validade da ERSN-57

Perfis	ERSN-57 Global N=174	Escala de Validade da ERSN-57 N=174
Escala Global	-.548***	.56***
1	.152*	.41***
2	-.611***	.22**
3	-.374***	.37***
4	-.566***	.41***
5	-.372***	.26***
6	-.526***	.40***
7	-.317***	.41***
8	-.474***	.37***
9	.030	.44***
10	-.337***	.26**
11	.450***	.25**
12	-.682***	.26***
13	.212**	.37***
14	-.694***	.24**

* $p \leq .05$; ** $p \leq .01$; *** $p \leq .001$; +Prazer-Dor (1); -Prazer+Dor (2); +Proximidade-Diferenciação (3); - Proximidade+Diferenciação (4); +Produtividade-Lazer (5); -Produtividade+Lazer (6); +Controlo-Cooperação (7); -Controlo+Cooperação (8); +Exploração-Tranquilidade (9); -Exploração+Tranquilidade (10); +Coerência-Incoerência (11); -Coerência+Incoerência (12); +Autoestima-Autocrítica (13); -Autoestima+Autocrítica (14)

2.2. Correlações entre os Perfis e o Bem-estar e Distress Psicológicos

As correlações entre os Perfis e o Bem-estar e *Distress* Psicológicos foram analisadas através do Coeficiente de *Pearson*. Os respetivos resultados encontram-se sumariados no Quadro 5.

Relativamente ao Bem-estar Psicológico, verifica-se uma correlação negativa moderada e significativa entre a EPDN Global e esta variável ($r = -.49$, $p \leq .001$).

Quanto às correlações entre as escalas da EPDN e o bem-estar, todas se apresentam negativas e significativas, excetuando-se a correlação positiva fraca e não significativa com a escala + *Prazer - Dor* ($r = .145$, $p = .060$), e as correlações positivas

moderadas e significativas com as escalas + *Autoestima - Autocrítica* ($r=.308$, $p\leq.001$) e + *Coerência do Self - Incoerência do Self* ($r=.458$, $p\leq.001$). Na sua generalidade as correlações com o Bem-estar Psicológico variam entre o valor mais baixo e não significativo de $-.038$ com a escala + *Exploração - Tranquilidade* ($p=.619$), e entre o valor mais elevado e significativo de $-.68$ com a escala - *Coerência do Self + Incoerência do Self* ($p\leq.001$).

Quanto ao *Distress* Psicológico verifica-se uma correlação positiva forte e significativa entre a EPDN Global e esta variável ($r=.536$, $p\leq.001$).

Nas correlações entre as escalas da EPDN e o *Distress* Psicológico todas se apresentam positivas à exceção das correlações negativas moderadas e significativas com as escalas + *Autoestima - Autocrítica* ($r=-.359$, $p\leq.001$) e + *Coerência do Self - Incoerência do Self* ($r=-.426$, $p\leq.001$). Na sua generalidade as correlações com o *Distress* Psicológico variam entre o valor mais baixo e não significativo de $.05$ na escala + *Prazer - Dor* ($p=.516$), e o valor máximo de $.72$ na escala - *Coerência do Self + Incoerência do Self* ($p\leq.001$).

Quadro 5. Correlações entre Perfis e o Bem-estar e Distress Psicológicos

	Bem-Estar Psicológico <i>N</i> =169	<i>Distress</i> Psicológico <i>N</i> =169
Escala Global	-.486***	.536***
1	.145	.050
2	-.617***	.624***
3	-.365***	.491***
4	-.469***	.349***
5	-.402***	.506***
6	-.409***	.410***
7	-.325***	.341***
8	-.387***	.351***
9	-.038	.162*
10	-.199**	.153*
11	.458***	-.426***
12	-.667***	.715***
13	.308***	-.359***
14	-.607***	.611***

* $p\leq.05$; ** $p\leq.01$; *** $p\leq.001$; +*Prazer-Dor* (1); -*Prazer+Dor* (2); +*Proximidade-Diferenciação* (3); -*Proximidade+Diferenciação* (4); +*Produtividade-Lazer* (5); -*Produtividade+Lazer* (6); +*Controlo-Cooperação* (7); -*Controlo+Cooperação* (8); +*Exploração-Tranquilidade* (9); -*Exploração+Tranquilidade* (10); +*Coerência-Incoerência* (11); -*Coerência+Incoerência* (12); +*Autoestima-Autocrítica* (13); -*Autoestima+Autocrítica* (14)

2.3. Correlações entre as escalas globais da EPDN e ERSN-57 e a Escala de Validade da ERSN-57 e o Bem-estar e Distress Psicológicos

De forma a compreender as relações entre a EPDN Global, a ERSN-57 Global e a Escala de Validade com as dimensões de saúde mental, recorreu-se a uma análise comparativa das correlações, através do Coeficiente de *Pearson*. No Quadro 6 encontram-se os resultados obtidos da análise realizada.

Pelos resultados observa-se que a escala global da ERSN-57 apresenta correlações mais fortes e significativas, comparativamente às restantes escalas, tanto com o bem-estar ($r=.713$, $p\leq.001$), como com o *distress* psicológico ($r=-.624$, $p\leq.001$). Estas relações indicam que a um maior grau de regulação da satisfação das necessidades psicológicas correspondem maiores níveis de bem-estar e menores de *distress*.

A escala global da EPDN apresenta-se como a segunda com correlações mais elevadas, comparativamente à Escala de Validade da ERSN-57. Esta última apresenta correlações fracas e não significativas, tanto com o bem-estar ($r=-.011$, $p=.890$), como com o *distress* ($r=.100$, $p=.198$). Por sua vez, os resultados indicam que valores a valores elevados na Escala de Validade correspondem menores níveis de bem-estar psicológico, e maiores de *distress*, contudo e como já anteriormente referido, estes não apresentam significância estatística.

Quadro 6. Correlações entre as escalas globais da EPDN, ERSN-57 e da Escala de Validade da ERSN-57 e o Bem-estar e Distress Psicológicos

		Bem-estar Psicológico N=169	Distress Psicológico N=169
	N		
EPDN Global	185	-.486***	.536***
ERSN-57 Global	174	.713***	-.624***
Escala de Validade	174	-.011	.100

*** $p\leq.001$

2.4. Valor preditivo dos Perfis relativo à Regulação da Satisfação das Necessidades

2.4.1. Regressões Lineares Standard

De forma a analisar o poder preditivo da EPDN para a explicação da variância relativa à regulação da satisfação das necessidades, avaliada pela Escala Global ERSN-57, realizou-se uma análise de Regressão Linear *Standard*. No Quadro 7 apresenta-se o

sumário das Regressões Lineares *Standard* da EPDN em relação à regulação da satisfação das necessidades psicológicas.

Verifica-se que a EPDN explica 29,6% da variância de resultados da ERSN-57 Global [$Ra^2=.296$, $F(1,173)=73.782$, $p\leq.001$], com um contributo específico significativo [$\beta=-.548$ $t(173)=-8.590$, $p\leq.001$].

Quadro 7. Sumário da análise de Regressão Linear Standard da EPDN em relação à Regulação da Satisfação das Necessidades Psicológicas

Regulação da Satisfação das Necessidades Psicológicas			
	β	t	Sig.
EPDN	-.548	-8.590	.000

Nota $Ra^2=.296$, $F(1,173)=73.782$, $p\leq.001$

2.4.2. Regressões Lineares Múltiplas Stepwise

O valor preditivo dos catorze perfis de discrepâncias sobre a regulação da satisfação das necessidades psicológicas avaliadas pela Escala Global da ERSN-57 foi analisado através de Regressões Lineares Múltiplas *Stepwise*.

O Quadro 8 apresenta o sumário do melhor modelo quanto à regulação das necessidades. O modelo que melhor explicou esta variável agrupa os perfis - *Autoestima + Autocrítica* ($\beta=-.301$, $t(173)=-3.527$, $p\leq.001$), + *Prazer - Dor* ($\beta=.214$, $t(173)=4.332$, $p\leq.001$), - *Produtividade + Lazer* ($\beta=-.193$, $t(173)=-3.362$, $p\leq.001$), - *Coerência do Self + Incoerência do Self* ($\beta=-.192$, $t(173)=-2.056$, $p\leq.05$), + *Coerência do Self - Incoerência do Self* ($\beta=.177$, $t(173)=3.362$, $p\leq.001$), e - *Prazer + Dor* ($\beta=-.149$, $t(173)=-2.208$, $p\leq.05$), com uma variância de 63,2% [$Ra^2=.632$, $F(6,167)=4.876$, $p\leq.05$].

Quadro 8. Sumário do melhor modelo de Regressão Linear Múltipla Stepwise dos Perfis relativo à Regulação da satisfação das necessidades psicológicas

Perfis	β	t	Sig.
- Autoestima + Autocrítica	-.301	-3.527	.001
+ Prazer - Dor	.214	4.332	.000
- Produtividade + Lazer	-.193	-3.362	.001
- Coerência do Self + Incoerência do Self	-.192	-2.056	.041
+ Coerência do Self - Incoerência do Self	.177	3.362	.001
- Prazer + Dor	-.149	-2.208	.029

Nota $Ra^2=.632$, $F(6,167)=4.876$, $p\leq.05$

2.5. Valor preditivo dos Perfis relativo à Escala de Validade da ERSN-57

2.5.1. Regressões Lineares Standard

De forma a analisar o poder preditivo da EPDN para a explicação da variância relativa à Escala de Validade da ERSN-57 realizou-se uma análise de Regressão Linear *Standard*. No Quadro 9 apresenta-se o sumário das Regressões Lineares Standard da EPDN em relação à Escala de Validade.

Quanto à Escala de Validade da ERSN-57 a EPDN Global explica 30,8% da variância dos resultados nesta variável [$Ra^2=.308$, $F(1,172)=77.824$, $p\leq.001$], com uma contribuição específica significativa [$\beta=.558$ $t(173)=8.822$, $p\leq.001$].

Quadro 9. Sumário da análise de Regressão Linear Standard da EPDN em relação à Escala de Validade da ERSN-57

		Escala de Validade da ERSN-57		
		β	t	Sig.
EPDN		.558	8.822	.000

Nota $Ra^2=.308$, $F(1,172)=77.824$, $p\leq.001$

2.5.2. Regressões Lineares Múltiplas Stepwise

O valor preditivo dos catorze perfis de discrepâncias sobre a Escala de Validade da ERSN-57 foi analisado através de Regressões Lineares Múltiplas *Stepwise*, sendo que o sumário desta análise encontra-se no Quadro 10.

O modelo que melhor explicou esta variável conjuga as escalas dos perfis + *Prazer - Dor* ($\beta=.239$, $t(173)=3.648$, $p\leq.001$), - *Proximidade + Diferenciação* ($\beta=.238$, $t(173)=3.333$, $p\leq.001$), + *Autoestima - Autocrítica* ($\beta=.222$, $t(173)=3.701$, $p\leq.001$), + *Exploração - Tranquilidade* ($\beta=.218$, $t(173)=3.276$, $p\leq.001$), e - *Produtividade + Lazer* ($\beta=.182$, $t(173)=2.547$, $p\leq.05$). Este modelo explica 43,2% da variância de resultados da Escala de Validade [$Ra^2=.432$, $F(5,168)=11.108$, $p\leq.001$].

Quadro 10. Sumário do melhor modelo de Regressão Linear Múltipla Stepwise dos Perfis em relação à Escala de Validade Global da ERSN-57

Perfis	β	t	Sig.
+ Prazer - Dor	.239	3.648	.000
- Proximidade + Diferenciação	.238	3.333	.001
+ Autoestima - Autocrítica	.222	3.701	.000
+ Exploração - Tranquilidade	.218	3.276	.001
- Produtividade + Lazer	.182	2.547	.012

Nota $Ra^2=.432$, $F(5,168)=11.108$, $p\leq.001$

2.6. Valor preditivo dos Perfis relativo ao Bem-estar e Distress Psicológicos

2.6.1. Regressões Lineares Standard

Para a análise do poder preditivo da EPDN para a explicação da variância relativa ao Bem-estar e *Distress* Psicológicos, realizaram-se análises de Regressão Linear *Standard*. Em todos os testes concretizados foram cumpridos os pressupostos da sua aplicação (Pallant, 2007). No Quadro 11 apresenta-se o sumário das Regressões Lineares *Standard* da EPDN em relação ao Bem-estar e *Distress* Psicológicos.

Verifica-se que a EPDN Global explica 23,6% da variância dos resultados do Bem-estar Psicológico [$Ra^2=.236$, $F(1,168)=51.568$, $p\leq.001$], com um contributo específico estatisticamente significativo [$\beta=-.486$ $t(168)=-7.181$, $p\leq.001$]. Quanto ao *Distress* Psicológico observa-se que a EPDN explica 28,3% da variância dos resultados nesta variável [$Ra^2=.283$, $F(1,168)=67.384$, $p\leq.001$], com um contributo específico igualmente significativo [$\beta=.536$ $t(168)=8.209$, $p\leq.001$].

Quadro 11. Sumário da análise de Regressão Linear Standard da EPDN em relação ao Bem-estar e Distress Psicológicos.

	Bem-estar Psicológico			<i>Distress</i> Psicológico		
	β	t	Sig.	β	t	Sig.
EPDN	-.486	-7.181	.000	.536	8.209	.000

Nota $Ra^2=.236$, $F(1,168)=51.568$, $p\leq.001$

$Ra^2=.283$, $F(1,168)=67.384$, $p\leq.001$

2.6.2. Regressões Lineares Múltiplas Stepwise

O valor preditivo dos catorze perfis de discrepâncias sobre o Bem-estar e *Distress* Psicológicos foi analisado através de Regressões Lineares Múltiplas *Stepwise*.

O Quadro 12 apresenta o sumário do melhor modelo no que respeita ao Bem-estar Psicológico. O modelo que melhor explicou esta variável conjuga as escalas dos perfis - *Coerência do Self + Incoerência do Self*, ($\beta = -.434$, $t(168) = -5.552$, $p \leq .001$), - *Prazer + Dor* ($\beta = -.272$, $t(168) = -3.753$, $p \leq .001$), + *Prazer - Dor* ($\beta = .184$, $t(168) = 3.382$, $p \leq .001$), e + *Coerência do Self - Incoerência do Self*, $\beta = .198$, $t(168) = 3.445$, $p \leq .001$), com uma variância explicada de 56,4% [$R^2 = .564$, $F(4,164) = 11.866$, $p \leq .001$].

Quadro 12. Sumário do melhor modelo de Regressão Linear Múltipla Stepwise dos Perfis relativo ao Bem-estar Psicológico

Perfis	β	t	Sig.
- Coerência do Self + Incoerência do Self	-.434	-5.552	.000
- Prazer + Dor	-.272	-3.753	.000
+ Coerência do Self - Incoerência do Self	.198	3.445	.001
+ Prazer - Dor	.184	3.382	.001

Nota $R^2 = .564$, $F(4,164) = 11.866$, $p \leq .001$

No Quadro 13 é apresentado o sumário do melhor modelo no que respeita ao *Distress* Psicológico. O modelo que melhor explicou esta variável conjuga os perfis - *Coerência do Self + Incoerência do Self* ($\beta = .383$, $t(168) = 5.180$, $p \leq .001$), + *Autoestima - Autocrítica* ($\beta = -.275$, $t(168) = -5.589$, $p \leq .001$), - *Prazer + Dor* ($\beta = .267$, $t(168) = 3.900$, $p \leq .001$), e + *Produtividade - Lazer* ($\beta = .172$, $t(168) = 3.014$, $p \leq .01$), com uma variância de 61,8% [$R^2 = .618$, $F(6,164) = 9.087$, $p \leq .01$].

Quadro 13. Sumário do melhor modelo de Regressão Linear Múltipla Stepwise dos Perfis relativo ao Distress Psicológico

Perfis	β	t	Sig.
- Coerência do Self + Incoerência do Self	.383	5.180	.000
+ Autoestima - Autocrítica	-.275	-5.589	.000
- Prazer + Dor	.267	3.900	.000
+ Produtividade - Lazer	.172	3.014	.003

Nota $R^2 = .618$, $F(6,164) = 9.087$, $p \leq .01$

2.7. Valor Preditivo dos Perfis, das Necessidades e da Escala de Validade

Considerando como variáveis independentes evocadas os perfis, a regulação da satisfação das necessidades e a escala de validade objetivou-se perceber se existe uma delas que seja mais explicativa da variância de resultados em bem-estar e *distress* psicológicos. A fim de concretizar este objetivo realizaram-se três Regressões Lineares Múltiplas *Stepwise* com os índices globais da EPDN, da ERSN-57 e da Escala de Validade. Em todos os testes concretizados foram cumpridos os pressupostos da sua aplicação (Pallant, 2007).

No que respeita ao bem-estar psicológico o melhor modelo explicativo dos resultados nesta variável engloba a ERSN-57 e a EPDN. Tomadas em conjunto, 51,6% da variância dos resultados em Bem-estar Psicológico são explicados pelas variáveis [$R^2=.516$, $F(2,166)=4.479$, $p\leq.05$]. A regulação da satisfação das necessidades oferece um maior contributo [$\beta=.639$, $t(168)=9.948$, $p\leq.001$], sendo muito menor o contributo dos perfis [$\beta=-.136$, $t(168)=-2.116$, $p\leq.05$]. Enquanto que uma maior regulação da satisfação das necessidades corresponde a maiores níveis de Bem-estar, valores elevados nos perfis correspondem a menores níveis de Bem-estar psicológico.

Quanto ao *Distress* Psicológico, o melhor modelo explicativo da variância de resultados nesta variável engloba a EPDN e a ERSN-57. Em conjunto explicam 44,3% da variância de resultados [$R^2=.443$, $F(2,166)=16.089$, $p\leq.001$]. Nesta explicação também a regulação da satisfação das necessidades tem um maior contributo [$\beta=-.472$, $t(168)=-6.816$, $p\leq.001$], comparativamente aos perfis [$\beta=.278$, $t(168)=4.011$, $p\leq.001$]. Enquanto que a uma maior regulação da satisfação das necessidades correspondem menores níveis de *distress*, valores elevados nos perfis correspondem a níveis mais elevados de *Distress* psicológico.

3. Comparação de grupos

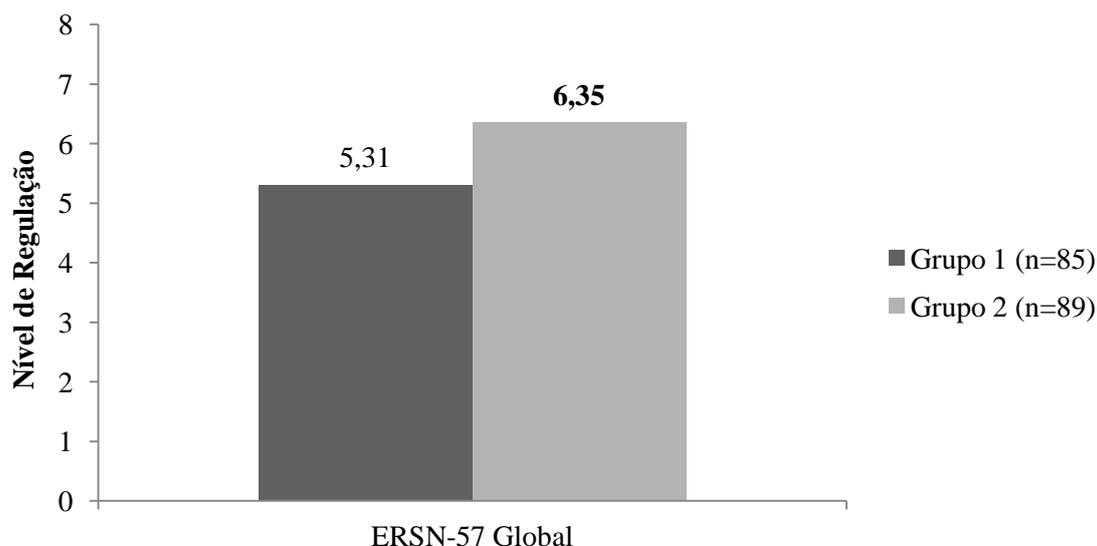
3.1. Comparação de Grupos na EPDN quanto à Regulação da Satisfação de Necessidades Psicológicas

Para o estudo do quarto objetivo proposto, foram formados grupos a partir da divisão dos resultados obtidos na escala global da EPDN pela respetiva mediana. Assim, o Grupo 1 (+) corresponde ao nível igual ou acima desse valor e o Grupo 2 (-) ao nível abaixo do mesmo.

A comparação de resultados de bem-estar e *distress* psicológicos nestes grupos foi realizada através do teste *t*-Student para amostras independentes. A normalidade foi avaliada através do teste Kolmogorov-Smirnov, que nos diz que para todas as análises realizadas ambos os grupos apresentaram uma distribuição normal. Para além disso, verifica-se também o pressuposto de homogeneidade de variâncias. Nas Figuras 1 e 2 observam-se os gráficos representativos dos resultados obtidos.

Relativamente à regulação da satisfação das necessidades psicológicas verifica-se que o Grupo 2 obteve valores mais elevados de regulação ($M=6.35$; $DP=.71$) comparativamente ao Grupo 1 ($M=5.31$; $DP=.89$). Esta diferença é estatisticamente significativa ($t(172)=-8.537$, $p\leq.001$), e de acordo com os critérios de Cohen (1988, tal como citado por Pallant, 2007) a sua magnitude é elevada ($\eta^2=.30$).

Figura 1. Comparação de Grupos da EPDN quanto à Regulação da Satisfação das Necessidades Psicológicas

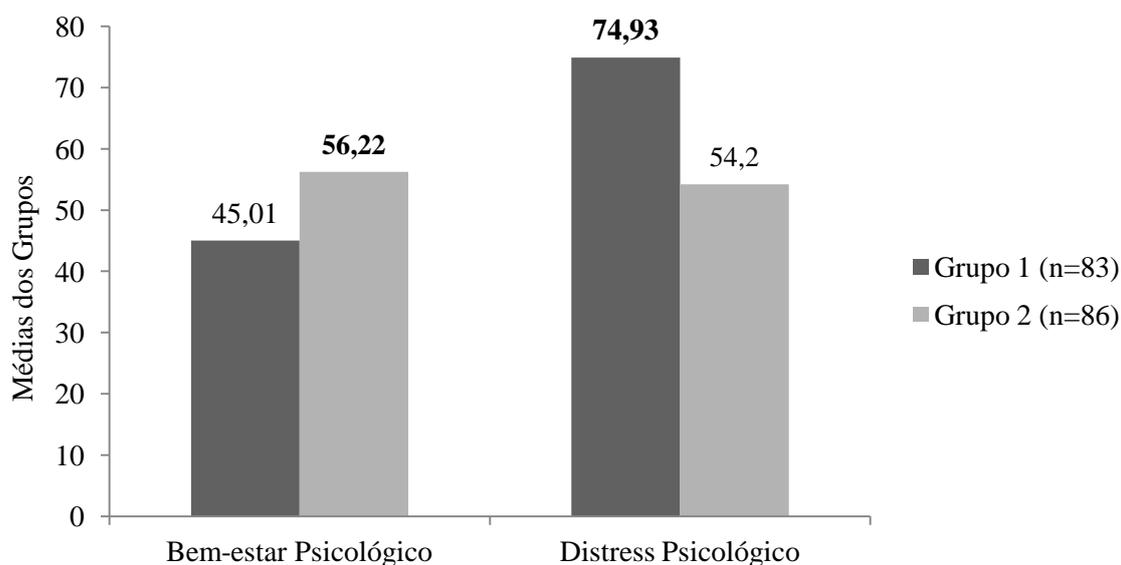


3.2. Comparação de Grupos na EPDN quanto ao Bem-estar e Distress Psicológicos

Relativamente ao Bem-estar Psicológico verifica-se que o Grupo 2 apresenta valores mais elevados ($M=56.22$; $DP=10.55$) comparativamente ao Grupo 1 ($M=45.01$; $DP=12.09$). Esta diferença é estatisticamente significativa ($t(167)=-6.430$, $p\leq.001$) e de magnitude elevada ($\eta^2=.198$).

Quanto ao *Distress* Psicológico verifica-se que o Grupo 1 obteve valores mais elevados ($M=74.93$; $DP=18.59$) comparativamente ao Grupo 2 ($M=54.2$; $DP=14.95$). Esta diferença é estatisticamente significativa ($t(167)=8.001$, $p\leq.001$), e a sua magnitude é elevada ($\eta^2=.28$).

Figura 2. Comparação de Grupos da EPDN face ao Bem-estar e Distress Psicológicos



3.3. Análise de variâncias

O quinto objetivo proposto refere-se à comparação de grupos formados consoante o resultado nos perfis e o grau de regulação da satisfação das necessidades, quanto aos níveis de Bem-estar e *Distress* Psicológicos. De forma a realizar esta comparação recorreu-se a uma Análise Multivariada da Variância (MANOVA).

Foram formados quatro grupos de indivíduos de acordo com os resultados na EPDN e ERSN-57 Globais. Posteriormente estes resultados foram divididos pelas respetivas medianas, em que o nível acima ou igual à mediana foi considerado elevado e o nível inferior considerado baixo.

Segundo esta divisão de polos, o Grupo 1 corresponde a indivíduos com resultados baixos nas escalas globais dos instrumentos, isto é, indivíduos com resultados baixos nos perfis e com um menor grau de regulação da satisfação das necessidades (-P/-N; $N=24$); o Grupo 2 representa indivíduos com resultados baixos nos perfis mas com um elevado grau de regulação (-P/+N; $N=62$); o Grupo 3 representa indivíduos com resultados mais elevados nos perfis e com uma menor regulação da satisfação das

necessidades (+P/-N; N=63); e o Grupo 4 corresponde a indivíduos com resultados elevados nas escalas globais de ambos os instrumentos (+P/+N; N=20).

Quanto aos pressupostos para a realização da MANOVA (Pallant, 2007), alguns não foram salvaguardados, concretamente face à existência de um número desigual em cada grupo; verificar-se que todos os grupos face às variáveis dependentes (bem-estar e distress psicológicos) seguem uma distribuição normal à exceção do grupo 3 ($p \leq .05$) na relação com o Bem-estar Psicológico; e à existência de um número diferente de casos entre os grupos. Devido à violação destes pressupostos e como forma de aumentar a confiança nos resultados, utilizou-se o teste *Pillai's Trace* devido à sua robustez (Tabachnick & Fidel 2001, tal como citados por Pallant, 2007), e o alfa ajustado de *Bonferroni* ($p = .025$).

A MANOVA revelou que os grupos criados diferem entre si relativamente ao compósito das variáveis dependentes, já que $F(6,330) = 17.166$, $p \leq .001$; *Pillai's Trace* = .476; *partial eta squared* = .238. Uma vez observadas diferenças significativas entre os grupos quanto ao bem-estar e distress psicológicos, procedeu-se à análise de variância univariada (ANOVA *one-way*) para cada variável de forma a descobrir onde residem essas mesmas diferenças.

Analisando os resultados separadamente, relativamente ao Bem-estar Psicológico, verificam-se diferenças significativas entre as médias dos grupos, em que $F(3,165) = 35.243$, $p \leq .001$, classificadas, de acordo com os critérios de Cohen (tal como citado por Pallant, 2007), de grande magnitude (*eta squared* = .39). O grupo 2 (-P/+N) é o que apresenta maiores níveis de bem-estar ($M = 58.74$; $DP = 9.393$), e o grupo 3 (+P/-N) o que apresenta menores níveis ($M = 41.24$; $DP = 10.443$).

Recorreu-se ao teste *post-hoc* de Scheffé para descobrir em que grupos residem as diferenças encontradas. De acordo com a comparação múltipla das médias pode observar-se que o grupo 2 apresenta uma diferença significativa entre os grupos 1 ($p \leq .01$) e 3 ($p \leq .001$), e não significativa com o grupo 4; o grupo 3 difere significativamente do grupo 1 ($p \leq .01$) e 4 ($p \leq .001$) que entre si apresentam uma diferença não significativa. O Quadro 14 apresenta um sumário da análise realizada.

Quadro 14. Médias dos grupos de acordo com os resultados em Bem-estar Psicológico

Grupo	N	Médias por subconjuntos
3	63	41.24
1	24	49.71
4	20	56.90
2	62	58.74

Quando ao *Distress* Psicológico verificam-se diferenças significativas entre as médias dos grupos, em que $F(3,165)=35.599$, $p \leq .001$, com grande magnitude ($\eta^2 = .39$). O grupo 3 é o que apresenta maiores níveis de *distress* ($M=79.16$; $DP=17.851$), e o grupo 2 os menores níveis de *distress* ($M=50.58$; $DP=13.705$).

Recorreu-se ao teste *post-hoc* de Scheffé para descobrir em que grupos residem as diferenças encontradas. De acordo com a comparação múltipla das médias observam-se diferenças significativas entre o grupo 3 e os restantes grupos; o grupo 4 apresenta diferenças não significativas entre os grupos 1 e 2, que, por sua vez, diferem significativamente entre si ($p \leq .01$). No Quadro 15 encontra-se um sumário da análise realizada.

Quadro 15. Médias dos grupos de acordo com os resultados em Distress Psicológico

Grupo	N	Médias por subconjuntos
2	62	50.58
4	20	61.60
1	24	63.54
3	63	79.16

Discussão e Conclusões

Inserida no âmbito do Modelo de Complementaridade Paradigmática a presente investigação visou a criação de catorze perfis de discrepâncias de necessidades psicológicas, caracterizadores de um estilo patológico de funcionamento. Presumiu-se a sua existência aquando discrepâncias na regulação da satisfação das polaridades dialéticas, em que a fixação num dos polos em detrimento do polo complementar resulta num registo compensatório na medida em que a polaridade não é habitada de forma equilibrada e flexível. Para a sua avaliação foi construída a Escala de Perfis de Discrepâncias de Necessidades Psicológicas, cujas escalas são representativas dos

referidos perfis. Assim, espera-se que resultados elevados nas escalas indiquem a sua presença no registo de funcionamento do indivíduo, e apresentem uma relação significativa com o bem-estar e *distress* psicológicos.

Este estudo propôs-se a: (1) Avaliar as propriedades psicométricas do instrumento de medida desenvolvido para avaliar os Perfis de Discrepâncias de Necessidades Psicológicas; (2) Analisar as associações entre os perfis e i) a regulação da satisfação das necessidades psicológicas, ii) o bem-estar psicológico, iii) o *distress* psicológico, e iv) a escala de validade da ERSN-57; (3) Estudar o valor preditivo dos perfis relativamente i) à regulação da satisfação das necessidades, ii) ao bem-estar psicológico, iii) ao *distress* psicológico, e iv) a escala de validade da ERSN-57; (4) Comparar grupos com diferentes resultados globais nos perfis em relação i) ao bem-estar psicológico, ii) ao *distress* psicológico, e iii) à regulação da satisfação das necessidades psicológicas; (5) Comparar grupos formados com base nos perfis e na regulação da satisfação das necessidades quanto aos níveis de i) bem-estar psicológico e ii) *distress* psicológico; (6) Estudar se entre a EPDN, a ERSN-57 e a Escala de Validade da ERSN-57 alguma é um preditor mais forte dos resultados em i) bem-estar psicológico, e ii) *distress* psicológico.

No que respeita às propriedades psicométricas da EPDN não foi possível extrair uma estrutura fatorial aceitável segundo a conceptualização teórica dos perfis. A falta de suporte estatístico levou à continuação da avaliação das qualidades psicométricas do respetivo instrumento, apenas definido conceptualmente.

Na sua globalidade a EPDN apresentou um nível elevado de consistência interna, sendo que as catorze escalas que a constituem assumiram valores na sua generalidade elevados e aceitáveis à exceção da escala + *Controlo - Cooperação*. Estes resultados parecem sugerir que esta escala poderá não estar a avaliar o construto que se propunha avaliar. Os itens podem não estar a retratar da melhor forma as características do respetivo perfil, pelo que é necessário que seja repensada e reformulada.

De um modo geral considera-se a existência uma associação positiva significativa entre os vários perfis, contudo, sobressaem relações que não vão ao encontro do esperado. Verificam-se associações negativas predominantemente entre os perfis + *Coerência do Self - Incoerência do Self* e + *Autoestima - Autocrítica* e os restantes, e pontualmente na associação entre + *Exploração - Tranquilidade* e - *Exploração + Tranquilidade*. Os resultados sugerem que aquando um aumento nos valores destes perfis, os restantes tendem a diminuir. Por sua vez, o perfil + *Prazer - Dor* é o que

apresenta relações que, apesar de positivas, são na sua maioria fracas e não significativas. Olhando para relação entre este conjunto de perfis e a EPDN Global, observa-se que o perfil + *Coerência do Self - Incoerência do Self* é o único cuja relação não é significativa e quase nula, enquanto que os restantes apresentam relações fracas, moderadas e significativas. De facto, tendo em consideração as relações dos catorze perfis com a Escala Global, estes são aqueles que apresentam relações menos fortes.

No segundo objetivo proposto, referente à associação entre as variáveis em estudo, na Hipótese 1 era esperada uma relação negativa entre os perfis e discrepâncias de necessidades psicológicas e a regulação da satisfação das necessidades psicológicas, sendo que esta foi parcialmente corroborada.

Na generalidade observaram-se correlações negativas, fracas a fortes entre estas variáveis, o que indica que resultados elevados em determinados perfis podem comprometer a regulação da satisfação das necessidades. Este raciocínio não engloba todos os perfis devido à existência de correlações positivas, fracas a moderadas entre os perfis + *Prazer - Dor*, + *Exploração - Tranquilidade*, + *Coerência do Self - Incoerência do Self*, e + *Autoestima - Autocrítica* e a regulação da satisfação das necessidades psicológicas. Estes resultados não são a favor do esperado ao indicarem que elevações nestes perfis podem ser promotoras da regulação.

Quanto à força das relações, o perfil - *Autoestima + Autocrítica* é o que apresenta uma relação de maior força com a regulação da satisfação das necessidades psicológicas. À semelhança do observado nas dimensões de saúde mental, + *Exploração - Tranquilidade* apresenta uma relação muito fraca e não significativa com a regulação, seguido dos perfis + *Prazer - Dor* e + *Autoestima - Autocrítica*.

Ainda no que respeita ao segundo objetivo, atendendo à Hipótese 2 relativa à associação negativa entre os perfis e o Bem-estar e positiva entre estes e o *Distress Psicológico*, foi parcialmente corroborada.

Como se observa pelos resultados na generalidade verificaram-se correlações negativas, fracas a fortes com o bem-estar psicológico; e positivas, fracas a fortes com o *distress* psicológico, indicando que a presença de determinados perfis pode promover o *distress* e comprometer o bem-estar. O perfil - *Coerência do Self + Incoerência do Self* apresenta as relações mais fortes com as duas dimensões de saúde mental, seguido dos perfis - *Prazer + Dor* e - *Autoestima + Autocrítica*. Por sua vez, os perfis + *Exploração*

- *Tranquilidade* e + *Prazer - Dor* apresentam relações muito fracas com o bem-estar e o *distress*, respetivamente, seguidos de - *Exploração + Tranquilidade*.

Destacam-se exceções que não vão ao encontro do esperado. Estas reportam a existência de correlações positivas, fracas a moderadas e significativas entre os perfis + *Prazer - Dor*, + *Coerência do Self - Incoerência do Self*, e + *Autoestima - Autocrítica* e o bem-estar; e negativas, fracas a moderadas e significativas entre + *Coerência do Self - Incoerência do Self* e + *Autoestima - Autocrítica* e o *distress*. Tais resultados indicam que elevações nestes perfis podem ser promotoras de bem-estar psicológico e relacionarem-se com menores níveis de *distress*.

Quanto à relação entre os perfis de discrepâncias e a Escala de Validade da ERSN-57, os resultados permitem corroborar a Hipótese 3.

Considerando a EPDN Global e a Escala de Validade da ERSN-57 observa-se uma associação positiva, forte e significativa entre ambas. Relativamente às relações entre os catorze perfis e a Escala de Validade, todas elas se mostram positivas e significativas, variando na sua força entre fracas a moderadas. Estes resultados indicam que aquando resultados elevados nos perfis de discrepâncias, verificam-se também valores elevados na Escala de Validade, representativa de um funcionamento rígido e da existência estagnação nos polos de necessidades. O perfil - *Exploração + Tranquilidade* é o que apresenta uma relação de maior força com esta escala, enquanto que o perfil - *Prazer + Dor* apresenta a relação mais fraca, comparativamente aos restantes perfis.

O terceiro objetivo proposto concerne o estudo do valor preditivo dos perfis de discrepâncias de necessidades psicológicas relativamente à regulação da satisfação das necessidades psicológicas, ao bem-estar e *distress* psicológicos, e à Escala de Validade da ERSN-57, sendo que os resultados obtidos permitem corroborar a Hipótese 4.

Relativamente ao poder preditivo dos perfis em relação à regulação da satisfação das necessidades psicológicas, verifica-se que a EPDN explica 29,6% da variância de resultados nesta variável. Considerando os perfis isoladamente, o modelo que melhor explica a variância de resultados na regulação da satisfação das necessidades engloba os perfis - *Autoestima + Autocrítica*, + *Prazer - Dor*, - *Produtividade + Lazer*, - *Coerência do Self + Incoerência do Self*, + *Coerência do Self - Incoerência do Self* e - *Prazer + Dor*, sendo este último o que apresenta um menor contributo específico. Valores elevados nestes perfis correspondem a um menor grau de regulação, excetuando-se os

perfis + *Prazer - Dor* e + *Coerência do Self - Incoerência do Self*, cujas elevações correspondem a um maior grau de regulação.

Quanto ao poder preditivo dos perfis em relação ao Bem-estar e *Distress* Psicológicos, constata-se que a EPDN Global explica 28,3% da variância de resultados no *distress* e 23,6% da variância de resultados no bem-estar. Quanto aos perfis considerados isoladamente, o melhor modelo explicativo da variância dos resultados em bem-estar é constituído pelos perfis - *Coerência do Self + Incoerência do Self* e - *Prazer + Dor* que apresentaram um maior contributo, sugerindo que quanto maior a sua elevação, menor o bem-estar; e pelos perfis + *Prazer - Dor* e + *Coerência do Self - Incoerência do Self*, em que ambos apresentam um contributo menor e positivo, sugerindo que a sua elevação é promotora de bem-estar. Por sua vez, o melhor modelo explicativo da variância dos resultados para o *distress* engloba os perfis - *Coerência do Self + Incoerência do Self*, + *Autoestima - Autocrítica*, - *Prazer + Dor*, e + *Produtividade - Lazer*, apresentados por ordem decrescente quanto ao seu contributo. As relações vão de encontro ao esperado visto que elevações nestes perfis correspondem a maiores níveis de *distress* psicológico, exceto no perfil + *Autoestima - Autocrítica*, uma vez que valores elevados neste perfil correspondem a um menor nível de *distress*.

No que respeita ao poder preditivo dos perfis em relação à Escala de Validade da ERSN-57, a EPDN explica 30,8% dos resultados nesta variável e ao considerar-se os perfis isoladamente obteve-se o melhor modelo explicativo da variância dos resultados. Por ordem decrescente de contributo o melhor modelo engloba os perfis + *Prazer - Dor*, - *Proximidade + Diferenciação*, + *Autoestima - Autocrítica*, + *Exploração - Tranquilidade* e - *Produtividade - Lazer*. Aquando valores elevados nestes mesmos perfis verificam-se também resultados elevados na Escala de Validade.

Observa-se nestes resultados a predominância de um conjunto de perfis em que as análises mostram relações discordantes com o que inicialmente postulado. Estes são + *Prazer - Dor*, + *Coerência do Self - Incoerência do Self*, + *Autoestima e - Autocrítica* e + *Exploração - Tranquilidade*, sendo que este último apresenta relações concordantes com o esperado relativamente às dimensões de saúde mental, contudo, comparativamente aos restantes é aquele que apresenta as relações mais fracas.

Apesar destes perfis terem sido conceptualizados de forma a traduzirem um funcionamento alienante que provocasse *distress* e compromettesse o bem-estar no indivíduo, os resultados não vão ao encontro do esperado inicialmente.

Tomando em consideração a elaboração conceptual dos perfis denota-se que este conjunto se assemelha em alguns aspetos, como se descrevessem uma visão mais positiva do *Self* relativamente aos restantes. Os perfis + *Prazer - Dor* e + *Exploração - Tranquilidade* partilham a busca incessante de estimulação e novas experiências que proporcionem ao indivíduo prazer e estimulação. Face aos itens constituintes das respetivas escalas, os mesmos foram elaborados com o intuito de figurarem um funcionamento rígido, contudo, estes podem não o representar da melhor forma (e.g.: item 43 de + *Prazer - Dor*, "Quando não me sinto bem procuro logo atividades que me proporcionem prazer"; item 47 de + *Exploração - Tranquilidade*, "Não consigo parar de procurar novas atividades"). Por outro lado, o funcionamento rígido caracterizado nestes perfis pode funcionar como uma proteção e afastamento da vivência de experiências mais disfóricas e negativas.

Por sua vez, os perfis + *Coerência do Self - Incoerência do Self* e + *Autoestima - Autocrítica* partilham um funcionamento mais protetor do *Self*, na medida em que uma coerência interior rígida e a sobrevalorização do próprio podem não permitir a existência de egodistonia e as consequentes emoções disfóricas que poderiam advir. Tais considerações estão implícitas nos itens que constituem as escalas deste conjunto (e.g.: item 6 de + *Coerência do Self - Incoerência do Self*, "Nunca me sinto em conflito com a pessoa que sou"; e item 7 de + *Autoestima - Autocrítica*, "Sinto-me superior à maior parte das pessoas").

Relativamente ao perfil + *Coerência do Self - Incoerência do Self*, investigações anteriores quanto à polaridade *Coerência do Self/Incoerência do Self*, mostraram que a regulação da satisfação do primeiro polo parece ser mais determinante para níveis mais elevados de bem-estar psicológico e de menor *distress* (Rodrigues & Vasco, 2010; Conde & Vasco, 2012). De facto, ao caracterizar um registo em que esta polaridade não é habitada de forma saudável, traduzindo-se numa estagnação no polo Coerência, estes estudos podem elucidar a compreensão da direção positiva da relação deste perfil com o bem-estar, e negativa com o *distress*.

As elevações nos perfis + *Prazer - Dor*, + *Coerência do Self - Incoerência do Self* e + *Autoestima - Autocrítica* podem assim promover maiores níveis de bem-estar e proteger o indivíduo quanto ao *distress*. Em conjunto com o perfil + *Exploração - Tranquilidade*, o modo de funcionamento implícito nos itens pode ainda contribuir para um maior grau de regulação da satisfação das necessidades psicológicas.

Destaca-se ainda que nestes mesmos perfis se verificaram correlações negativas com os restantes perfis da EPDN, existindo uma relação inversa entre as escalas. Como referido, estas escalas podem traduzir um funcionamento não patológico e, por isso, estarão a medir algo diferente das restantes escalas. Tais resultados podem estar relacionados com a construção dos itens do referido conjunto, em que apesar de terem sido criados para transparecer as características alienantes do respetivo perfil podem ter sido percecionados como adaptativos, sendo as respostas aos mesmos concordantes com essa perceção. Ao observar-se as correlações com o bem-estar e *distress* psicológicos dos perfis inversos - *Prazer + Dor*, - *Coerência do Self + Incoerência do Self*, e - *Autoestima + Autocrítica*, estes apresentam uma correlação significativa mais forte que os restantes perfis, e na direção esperada. Tal é indicativo de que os respetivos itens destas escalas traduzem mais claramente a conceptualização patológica dos perfis (e.g.: item 8 de - *Prazer + Dor*, "A minha dor é tão forte que me impede de viver momentos de prazer"; item 55 de - *Coerência do Self + Incoerência do Self*, "Sofro por não conseguir aceitar-me como sou"; item 56 de - *Autoestima + Autocrítica*, "Nunca vou conseguir acreditar em mim próprio/a").

O seguinte objetivo indicado reporta à comparação de grupos segundo os resultados globais nos perfis de discrepâncias de necessidades. As análises efetuadas permitem corroborar a Hipótese 5 na medida em que os dois grupos formados diferem significativamente quanto aos resultados em bem-estar e *distress* psicológicos, e na regulação da satisfação das necessidades. Salienta-se que a magnitude das diferenças encontradas entre os grupos é elevada no que respeita a estas três variáveis. Deste modo, indivíduos que apresentam resultados mais elevados nos perfis têm maiores níveis de *distress* psicológico mas menores níveis de bem-estar e de regulação da satisfação das necessidades psicológicas. Por sua vez, indivíduos com resultados mais baixos nos perfis têm maiores níveis de bem-estar e de regulação da satisfação das necessidades, a par de menores níveis de *distress*.

Pela comparação dos quatro grupos diferenciados pelo resultado nos perfis de discrepâncias de necessidades com o grau de regulação da satisfação das necessidades, foi possível corroborar a Hipótese 6. O grupo 2, constituído por indivíduos com resultados globais baixos nos perfis e elevados na regulação, é o que apresenta valores mais elevados de bem-estar e os mais baixos de *distress* psicológico. Por sua vez, é o grupo 3, representativo de indivíduos com resultados elevados nos perfis e com um

menor nível de regulação da satisfação das necessidades, que apresenta valores mais elevados de *distress* e mais baixos de bem-estar psicológico.

No que respeita aos restantes grupos, o grupo 4, formado por indivíduos com resultados elevados tanto nos perfis como na regulação, apresentou-se seguidamente como aquele com maiores níveis de bem-estar. Este resultado transparece a primazia da regulação da satisfação das necessidades, como se a par das elevações nos perfis estas não comprometessem os níveis de bem-estar aquando um maior grau de regulação; mas sim apenas aquando um menor grau de regulação, tal como no grupo 3.

Relativamente ao *distress* psicológico o segundo resultado mais elevado nesta variável corresponde ao grupo 1, formado por indivíduos com resultados baixos nos perfis e na regulação. Apesar de ambos os grupos apresentarem uma menor regulação da satisfação das necessidades, é o primeiro polo que os diferencia na relação com o *distress*; isto é, a par de um menor nível de regulação, é o grupo 3 com resultados elevados nos perfis que apresenta maiores níveis de *distress*.

Em suma, parece que o primeiro polo dos grupos é aquele que diferencia os maiores ou menores níveis de bem-estar e *distress* psicológicos. Por exemplo, os grupos 2 e 4 têm ambos um maior grau de regulação, maiores níveis de bem-estar e menores níveis de *distress*, contudo ao compararmos ambos os grupos consoante o polo dos perfis, o grupo 2 apresenta mais bem-estar e menor *distress* comparativamente ao grupo 4, visto que apresenta resultados baixos nos perfis. O mesmo raciocínio para os grupos 1 e 3, ambos com um menor grau de regulação, maiores níveis de *distress* e menores de bem-estar, contudo o grupo 3 apresenta mais *distress* e menor bem-estar comparativamente ao grupo 1 devido à elevação no polo dos perfis.

De importância a referir um condicionante nesta análise efetuada relativo ao tamanho da amostra nos quatro grupos. Estes não vão ao encontro do pressuposto para a realização do teste face à existência de um número desigual de participantes em cada grupo (Pallant, 2007). Assim, ao dividir-se a amostra consoante os resultados nos perfis e o grau de regulação da satisfação de necessidades, as análises poderão não apresentar um tamanho suficiente para tirar conclusões fidedignas dos resultados.

O último objetivo proposto reporta à análise comparativa entre a EPDN, a ERSN-57 e a Escala de Validade da ERSN-57 de forma a estudar se alguma seria um preditor mais forte nas duas dimensões de saúde mental. Os resultados indicam a primazia da regulação da satisfação das necessidades, na medida em que a ERSN-57 apresenta

maior consistência interna, correlações mais fortes e um maior poder preditivo quanto ao bem-estar e *distress* psicológicos. Deste modo, a Hipótese 7 não foi corroborada, uma vez que o contributo relativo da regulação da satisfação das necessidades é sempre maior e significativo, tanto no bem-estar como no *distress* psicológico. Estes resultados parecem realçar o papel da regulação da satisfação das necessidades nos níveis de bem-estar e *distress* psicológicos, indo ao encontro de investigações anteriores no âmbito do Modelo de Complementaridade Paradigmática (Conde, 2012; Sol, 2012).

Comparando a EPDN e a Escala de Validade, verifica-se nos resultados a primazia da EPDN como o instrumento com maior consistência interna, correlações mais fortes e um maior poder preditivo relativamente ao bem-estar e *distress*. No que respeita à avaliação de modos rígidos de funcionamento nas polaridades dialéticas, a EPDN constitui-se como o instrumento mais fidedigno na sua avaliação.

Comparativamente ao estudo realizado por Conceição (2013), no presente estudo observa-se um aumento significativo na consistência interna da Escala de Validade, apesar de ainda moderado mas considerado aceitável de acordo com Maroco e Garcia-Marques (2006). Em relação à correlação da Escala de Validade com o Bem-estar e *Distress* Psicológicos, no presente estudo também se verificam relações bastante fracas e sem significância estatística com as variáveis; contudo, estas são negativas com o bem-estar e positivas com o *distress*, indo ao encontro do esperado, contrariamente aos resultados do estudo anterior. Reformulações nesta mesma escala são necessárias como forma de aumentar a sua consistência interna e fidedignidade em estudos futuros.

A presente investigação constituiu-se como a primeira aplicação da EPDN, instrumento cuja versão é ainda experimental. A análise das qualidades psicométricas deste instrumento, construído no âmbito da presente investigação, denota a necessidade de melhorias quanto às mesmas. Ainda, apesar da elevada precisão na medição do construto dos perfis considerados globalmente, em investigações futuras seria importante melhorias na consistência interna de algumas escalas que compõem a EPDN, principalmente as referentes aos perfis + *Prazer - Dor*, + *Exploração - Tranquilidade*, - *Exploração + Tranquilidade*, + *Coerência do Self - Incoerência do Self*, e + *Autoestima - Autocrítica*. Assim, seria importante repensar, reformular e aprimorar não só as conceptualizações dos perfis, como também os respetivos itens, de forma a colmatar as exceções verificadas e em sentidos opostos ao esperado teoricamente neste conjunto de

perfis. Estudos futuros poderiam incluir o estudo da estrutura fatorial deste instrumento, na medida em que esta se constituiu como uma fragilidade na presente investigação.

Outra limitação prende-se com a utilização de instrumentos de autorrelato, por motivos de ordem prática, que, à exceção da ERSN-57 não possuem escalas de validade. Uma vez que os dados foram recolhidos através de uma plataforma *online*, as condições de aplicação dos respetivos instrumentos não foram controladas. Destaca-se ainda que nessa mesma plataforma os sujeitos responderam a mais seis instrumentos relativamente extensos. Consequentemente, nem todos os indivíduos responderam à globalidade dos instrumentos, acabando-se por obter amostras diferentes, cujo número ia diminuindo quanto à ordem de apresentação dos mesmos. Para além disso, a EPDN foi apresentada depois da EPRSN, seguindo-se a ERSN-57, instrumentos que, apesar de medirem construtos diferentes, os itens são semelhantes entre si. Tal pode ter promovido a existência de respostas ao acaso e, portanto, não representativas das verdadeiras perceções dos sujeitos.

Ainda de salientar a impossibilidade de generalizar os resultados do presente estudo, uma vez que a amostra é de conveniência, não sendo representativa da população portuguesa, em que se destaca a dimensão desproporcional quanto ao género, com uma maior prevalência de sujeitos do sexo feminino (72%).

A presente investigação, ao focar-se nos perfis de discrepâncias de necessidades psicológicas, parece contribuir para a investigação realizada no âmbito do Modelo de Complementaridade Paradigmática, especialmente no que reporta à Teoria da Perturbação. Os resultados do estudo sugerem que os perfis, ao tentarem representar estilos de funcionamento patológicos aquando a rigidez num dos polos das polaridades dialéticas, se relacionam, de grosso modo, com a regulação da satisfação das necessidades psicológicas.

Para além de se constatar a primazia da regulação da satisfação das necessidades como melhor preditora do bem-estar e *distress* psicológicos, os perfis de discrepâncias também mostraram ter poder preditivo dos mesmos. De certa forma a ERSN-57 constitui-se como um instrumento mais robusto e estudado empiricamente, sendo os resultados obtidos mais fidedignos. Não obstante, a EPDN pode constituir-se como um instrumento de avaliação complementar a este, auxiliando na prática terapêutica no que respeita à avaliação e intervenção psicológicas.

Com o melhoramento da EPDN seria possível que este instrumento auxiliasse a compreensão do funcionamento estrutural dos pacientes, e de acordo com a Teoria da Intervenção do Modelo de Complementaridade Paradigmática, pudesse desempenhar um papel importante para a promoção do autoconhecimento, no que respeita ao aumento da consciência e experiência do *Self* (Vasco, 2006). A utilização deste instrumento pode ainda ser útil no que respeita à adequação da prática terapêutica aos perfis expressos no funcionamento do indivíduo. Em função da articulação das funções validante e desafiante da psicoterapia com os atos de comunicação terapêutica, que reportam ao "estar" em psicoterapia, é possível estabelecer uma base para ensaiar novos possíveis e promover mudanças tendentes à capacidade de melhor regular a satisfação das necessidades (Vasco, 2007).

Referências Bibliográficas

- Beck, A. T., Freeman, A., Davis, D. & associates (2004). *Cognitive therapy for personality disorders* (3rd ed.). New York: The Guilford Press.
- Bentall, R. P., Kinderman, P., & Manson, K. (2005). Self-discrepancies in bipolar disorder: Comparison of manic, depressed, remitted and normal participants. *British Journal of Clinical Psychology*, 44, 457–473. doi: 10.1348/014466505X29189
- Bernardo, F., & Vasco, A. B. (2011). *Necessidades psicológicas de proximidade e autonomia: Relação com o bem-estar e mal-estar psicológicos* (Dissertação de mestrado). Retirado de <http://repositorio.ul.pt/handle/10451/4998>
- Brandão, A., & Vasco, A.B. (2006). Discrepâncias do Eu: Diferenças estruturais entre as populações não-clínica e clínica avaliadas com o MCMI-II. *PsiLogos: Revista do Serviço de Psiquiatria do Hospital Fernando Fonseca*, 3 (1), 22-52.
- Blatt, S. J. (2006). A fundamental polarity in psychoanalysis: Implications for personality development, psychopathology and the therapeutic process. *Psychoanalytic Inquiry*, 26(4), 494-520. doi: 10.1080/07351690701310581
- Blatt, S. J. (2008). *Polarities of experience: Relatedness and self-definition in personality development, psychopathology, and the therapeutic process*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Blatt, S. J., & Shichman, S. (1983). Two primary configurations of psychopathology. *Psychoanalysis and Contemporary Thought*, 6(2), 187-254.
- Cadilha, N., & Vasco, A. B. (2010). *Regulação da satisfação das necessidades de prazer e dor: Relações com bem-estar e distress psicológico* (Dissertação de mestrado). Retirado de <http://repositorio.ul.pt/handle/10451/2690>
- Calinas, L. (2011). *Necessidade psicológica de exploração/tranquilidade: Relação com bem-estar e distress psicológico* (Dissertação de mestrado). Lisboa: Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa.
- Choca, J. P., Shanley, L. A. & Van Denburg, E. (1992). *Interpretative Guide to the Millon Clinical Multiaxial Inventory*. Washington: APA.
- Conceição, C., & Vasco, A. B. (2013). *Necessidades psicológicas e relações com bem-estar/distress psicológicos e sintomatologia: Estudo da polaridade dialéctica prazer/dor* (Dissertação de Mestrado). Retirado de <http://repositorio.ul.pt/handle/10451/10476>

- Conceição, N., & Vasco, A. B. (2005). Olhar para as necessidades do self como um boi para um palácio: Perplexidades e fascínio. *Psychologica*, 40, 55-73
- Conde, E., & Vasco, A. B. (2012). *Dialéctica de polaridades de regulação da satisfação das necessidades psicológicas: Relações com o bem-estar e distress psicológicos* (Dissertação de mestrado). Retirado de <http://repositorio.ul.pt/handle/10451/8177>
- Costanza, R., Fisher, B., Ali, S., Beer, C., Bond, L., Boumans, R., ... Snapp, R. (2007). Quality of life: An approach integrating opportunities, human needs, and subjective well-being. *Ecological Economics*, 61, 267-276. doi: 10.1016/j.ecolecon.2006.02.023
- Craig, R. J. (2002). Essentials of MCMI-III Assessment. In S. Strack (Ed.), *Essentials of Millon inventories assessment* (pp.1-51). New York: John Wiley and Sons.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227-268.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542-575. doi: 10.1037/0033-2909.95.3.542
- Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55(1), 34-43. doi: 10.1037/0003-066X.55.1.34
- Di Domenico, S. I., Fournier, M. A., Ayaz, H., & Ruocco, A. C. (2013). *Journal of Experimental Psychology: General*, 42(3), 967-978. doi: 10.1037/a0030257
- Drapeau, A., Marchand, A., & Beaulieu-Prévost, D. (2012). Epidemiology of psychological distress. In L. L'Abate (Ed.), *Mental illness – understanding, prediction and control* (pp. 105-134). Rijeka, Croatia: InTech. Retirado de <http://www.intechopen.com/books/mental-illnesses-understanding-prediction-and-control/epidemiology-of-psychological-distress>
- Epstein, S. (1993). Emotion and self-theory. In M. Lewis & J. M. Haviland (Eds.), *Handbook of emotions* (pp. 313-326). New York: Guilford Press.
- Epstein, S. (2003). Cognitive-experiential self-theory of personality. In T. Millon, M. J. Lerner & I. B. Weiner (Eds.), *Handbook of Psychology: Vol. 5. Personality and Social Psychology* (pp. 159-184). New Jersey: John Wiley & Sons
- Evans, P. D. (1990). Type A behaviour and coronary heart disease: When will the jury return?. *British Journal of Psychology*, 81, 147-157.

- Faria J., & Vasco, A. B. (2011). Needs necessarily needed: A guide for clinical decision-making. Comunicação apresentada na 27.^a Conferência da Society for the Exploration of Psychotherapy Integration: Crossing the divide: SEPI's unique place in bridging the science-practice gap. Washington, DC, EUA.
- Ferrand, C., Martinet, G., & Durmaz, N. (2014). Psychological need satisfaction and well-being in adults aged 80 years and older living in residential homes: Using a self-determination theory perspective. *Journal of Aging Studies*, 30, 104-111. doi:10.1016/j.jaging.2014.04.004
- Ferreira, A. & Vasco, A. B. (2013). *Necessidades psicológicas, discrepâncias do self e relação com o bem-estar/distress psicológicos e sintomatologia* (Dissertação de mestrado). Retirado de <http://repositorio.ul.pt/handle/10451/10453>
- Field, A. (2009). *Discovering statistics using SPSS* (3rd ed.). London: Sage Publications.
- Fonseca, T., & Vasco, A. B. (2011). *Necessidade psicológica de controlo/cedência: Relação com bem-estar e distress psicológicos* (Dissertação de mestrado). Retirado de <http://repositorio.ul.pt/handle/10451/4868>
- Fragoeiro, I. (2008). *A saúde mental das pessoas idosas na Região Autónoma da Madeira* (Dissertação de doutoramento, Instituto de Ciências Biomédicas Abel Salazar, Universidade do Porto). Retirado de <http://digituma.uma.pt/bitstream/10400.13/88/1/TeseFragoeiro.pdf>
- Grawe, K. (2007). *Neuropsychotherapy*. New Jersey: Lawrence Erlbaum.
- Guerreiro, D., & Vasco, A. B. (2011). *Necessidade psicológica de auto-estima/auto-crítica: Relação com bem-estar e distress psicológico* (Dissertação de mestrado). Retirado de <http://repositorio.ul.pt/handle/10451/4960>
- Higgins, E. T. (1987). Self-discrepancy: A theory relating self and affect. *Psychological Review*, 94, 319-340.
- Higgins, E. T. (1989). Self-discrepancy theory: What patterns of self-beliefs cause people to suffer? *Advances in Experimental Social Psychology*, 22, 93- 136.
- Holthforth, M. G. (2008). Avoidance motivation in psychological problems and psychotherapy. *Psychotherapy Research*, 18(2), 147 - 159. doi: 10.1080/10503300701765849
- Keyes, C. L. (1998). Social well-being. *Social Psychology Quarterly*, 61(2), 121-140. Retirado de <http://www.jstor.org/stable/2787065>
- Keyes, C. L., & Magyar-Moe, J. L. (2003). The measurement and utility of adult subjective well-being. In S. J. Lopez & C. R. Snyder (Eds.), *Positive*

- psychological assessment: A handbook of models and measures* (pp. 411-425). Washington, DC: American Psychological Association. doi: 10.1037/10612-026
- Klingsieck, K. B. (2013). Procrastination: when good things don't come to those who wait. *European Psychologist*, 18(1), 24–34. doi: 10.1027/1016-9040/a000138
- Lahtinen, E., Lehtinen, V., Rilkonen, E., & Ahonen, J. (1999). *Framework for promoting mental health in Europe*. Helsinki: Stakes.
- Lavikainen, J., Lahtinen, E. & Lehtinen, V. (2000). *Public Health Approach on Mental Health in Europe*. Gummerus, Saarijarvi
- Maroco, J., & Garcia-Marques, T. (2006). *Qual a fiabilidade do alfa de Cronbach? Questões antigas e soluções modernas?*. *Laboratório de Psicologia*, 4(1), 65-90.
- Maslow, A. (1954/1970). *Motivation and personality* (2nd ed.). New York: Harper & Row.
- Massé, R. (2000). Qualitative and quantitative analyses of psychological distress: Methodological complementarity and ontological incommensurability. *Qualitative Health Research*, 10(3), 411-423. doi: 10.1177/104973200129118426
- Millon, T. (1997). *The Millon Inventories: Clinical and Personality Assessment*. New York: Guilford.
- Millon, T., Grossman, S., Millon, C., Meagher, S., & Ramnath, R. (2004). *Personality disorders in modern life* (2nd ed.). Hoboken, New Jersey: John Wiley & Sons, Inc.
- Millon, T., & Davis, R. D. (1996). *Disorders of Personality: DSM-IV and Beyond* (2nd ed.). New York: John Wiley and Sons.
- Novo, R. F. (2005). Bem-estar e Psicologia: Conceitos e propostas de avaliação. *RIDEP*, 20(2), 183-203.
- Organização Mundial de Saúde (2001). *Relatório mundial da saúde – Saúde mental: nova concepção, nova esperança*. Lisboa: Ministério da Saúde, Direcção Geral da Saúde.
- Pallant, J. (2007). *SPSS survival manual: A step by step guide to data analysis using SPSS for Windows* (3rd ed.). Berkshire: Open University Press.
- Pires, R. (2011). Estilos de personalidade e vulnerabilidade à sugestão no contexto de uma relação interpessoal (Tese de Doutoramento, Faculdade de Psicologia, Universidade de Lisboa, Portugal).
- Reich, W. (1972). *Character Analysis* (3rd ed.). New York: Farrar, Straus and Giroux.
- Ribeiro, J. L. (2001). *Mental Health Inventory: Um estudo de adaptação à população portuguesa*. *Psicologia, Saúde e Doença*, 2(1), 77-99.

- Ridner, S. H. (2004). Psychological distress: Concept analysis. *Journal of Advanced Nursing*, 45(5), 536-545. doi: 10.1046/j.1365-2648.2003.02938.x
- Rodrigues, C., & Vasco, A. B. (2010). *Necessidade psicológica de coerência/incoerência: Relação com bem-estar e distress psicológico* (Dissertação de mestrado). Retirado de <http://repositorio.ul.pt/handle/10451/6061>
- Romão, A. & Vasco, A. B. (2013). *Regulação da satisfação de necessidades psicológicas através de cenários emocionalmente ativadores: Relação com o bem-estar e distress psicológicos e sintomatologia* (Dissertação de mestrado). Retirado de <http://repositorio.ul.pt/handle/10451/10452>
- Roth, M., & Hammelstein, P. (2011). The Need Inventory of Sensation Seeking (NISS). *European Journal of Psychological Assessment* 2012, 28(1), 11–18. doi: 10.1027/1015-5759/a000085
- Rucha, S., & Vasco, A. B. (2011). *Necessidade psicológica de produtividade/lazer: Relação com bem-estar e distress psicológico* (Dissertação de mestrado). Retirado de <http://repositorio.ul.pt/handle/10451/4991>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaemonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52, 141-166. doi: 10.1146/annurev.psych.52.1.141
- Ryan, R. M., & Huta, V. (2009). Wellness as healthy functioning or wellness as happiness: the importance of eudaimonic thinking (response to the Kashdan et al. and Waterman discussion). *The Journal of Positive Psychology*, 4(3), 202–204. doi: 10.1080/17439760902844285
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719-727. doi: 10.1037/0022-3514.69.4.719
- Sheldon, K. M., Cheng, C. & Hilpert, J. (2011). Understanding well-being and optimal functioning: Applying the multilevel personality in context (MPIC) model. *Psychological Inquiry: An International Journal for the Advancement of Psychological Theory*, 22(1), 1-16. doi: 10.1080/1047840X.2011.532477
- Sheldon, K. M., Elliot, A. J., Kim, Y., & Kasser, T. (2001). What is satisfying about satisfying events? Testing 10 candidate psychological needs. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80(2), 325-339. doi: 10.1037//0022-3514.80.2.35

- Sheldon, K. M., & Niemiec, C. P. (2006). It's not just the amount that counts: Balanced need satisfaction also affects well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 91(2), 331-341. doi: 10.1037/0022-3514.91.2.331
- Sol, A., & Vasco, A. B. (2012). *Relações entre Sintomatologia e Necessidades, Bem-estar e Distress Psicológicos* (Dissertação de mestrado). Retirado de <http://repositorio.ul.pt/handle/10451/7648>
- Sol, A. & Vasco, A. B. (Junho, 2013). "*Relações entre a regulação da satisfação de necessidades psicológicas e a sintomatologia*". Comunicação apresentada no VIII Simpósio Nacional de Investigação em Psicologia". Aveiro, Portugal.
- Telo, C., & Vasco, A. B. (2012). *Relações entre a Regulação Emocional, a Regulação da Satisfação das Necessidades Psicológicas, o Bem-estar/Distress Psicológicos e a Sintomatologia* (Dissertação de mestrado). Retirado de <http://repositorio.ul.pt/handle/10451/8121>
- Uzman, E. (2014). Basic psychological needs and psychological health in teacher candidates. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 116, 3629 – 3635. doi: 10.1016/j.sbspro.2014.01.814
- Vansteenkiste, M., & Ryan, R. M. (2013). On psychological growth and vulnerability: Basic psychological need satisfaction and need frustration as a unifying principle. *Journal Of Psychotherapy Integration*, 23(3), 263-280. doi:10.1037/a0032359
- Vasco, A. B. (2005). A conceptualização de caso no modelo de complementaridade paradigmática: Variedade e integração. *Psychologica*, 40, 11-36.
- Vasco, A. B. & Vaz-Velho, J. (Maio, 2010). "*The integrative essence of seven dialectical needs polarities*". Comunicação apresentada na "XXVI International Conference of the Society for the Exploration of Psychotherapy Integration". Florença, Itália.
- Vasco, A. B., Faria, J., Vaz, F. M., & Conceição, N. (2010). *Adaptation, disorder and the therapeutic process: Needs or emotional dysregulation?*. Comunicação apresentada na 26.^a Conferência da *Society for the Exploration of Psychotherapy Integration: One or many sciences for Psychotherapy Integration: What constitutes evidence?*, Florença, Itália.
- Vasco, A. B. (2005). A conceptualização de caso no modelo de complementaridade paradigmática: Variedade e integração. *Psychologica*, 40, 11-36.

- Vasco, A. B. (2006). Entre nuvens e relógios: sequência temporal de objetivos estratégicos e integração em psicoterapia. *Revista de Psicologia. Revista Portuguesa de Psicologia*, 39, 9-31.
- Vasco, A. B. (2007). *Quando Menos é Melhor: A Arte de Comunicar em Psicoterapia*. Comunicação apresentada no Encontro Internacional “Comunicação e Saúde”, Universidade dos Açores, Ponta Delgada, Portugal.
- Vasco, A. B. (Julho, 2009a). *Regulation of needs satisfaction as the touchstone of happiness*. Comunicação apresentada na “16th Conference: European Association for Psychotherapy”. Lisboa, Portugal.
- Vasco, A. B. (20 de Abril de 2012). *Quando um peixe encarnado nos começa, de súbito, a revelar a sua também cor negra, pintemo-lo, então, digamos, de amarelo: Em volta da integração em psicoterapia*. Comunicação apresentada no I Congresso Nacional da Ordem dos Psicólogos Portugueses – Afirmar os Psicólogos – Lisboa.
- Vasco, A. B. (2013). Sinto e Penso, logo Existo!: Abordagem Integrativa das Emoções. *PsiLogos*, 11(1), 37-34.
- Veit, C. T., & Ware, J. E. (1983). The structure of psychological distress and well-being in general populations. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 51(5), 730-742. doi: 10.1037/0022-006X.51.5.730
- Westerhof, G. J., & Keyes, C. L. (2010). Mental illness and mental health: The two continua model across the lifespan. *Journal of Adult Development*, 17(2), 110-119. doi: 10.1007/s10804-009-9082-y
- Wolfe, B. E. (2005). *Understanding and treating anxiety disorders: An integrative approach to healing the wounded self*. Washington, D.C.: American Psychological Association

Anexos

Anexo A.

Conceptualização Descritiva dos Perfis de Discrepâncias de Necessidades Psicológicas

Conceptualização Descritiva dos Perfis de Discrepâncias de Necessidades Psicológicas

No Perfil + *Prazer - Dor* a capacidade de disfrutar prazeres físicos e psicológicos caracteriza-se por uma vivência sem qualidade ao ser compensatória de uma dificuldade em vivenciar dores inevitáveis, experienciar o sofrimento, diferenciar sofrimento produtivo ou improdutivo e de lhe atribuir um significado. Pensa-se que o funcionamento seja marcado por um estilo Histriônico/Anestesiante, isto é, pela procura de maximização de oportunidades e/ou momentos que proporcionem prazer e bem-estar para assim anestesiarem momentaneamente a dor. A relação com o outro é marcada pela tendência para a greguaria e busca de atenção, comparando-se ao Protótipo Ativo-Dependente proposto por Millon (Pires, 2011), que realça a procura ativa, insaciável e indiscriminada de aprovação e afeto dos outros, com comportamentos sugestivos de independência e confiança mas com medo da autonomia e com a necessidade de provas de afeto, aceitação social e aprovação por parte dos outros.

Por sua vez, no Perfil - *Prazer + Dor* a capacidade de experienciar, tolerar e aceitar o sofrimento bem como de diferenciar entre sofrimento produtivo ou improdutivo e de lhe atribuir um significado manifesta-se numa vivência de pouca qualidade ao associar-se a uma incapacidade de experienciar prazeres físicos e psicológicos. O funcionamento é marcado por um estilo Depressivo e Autoderrotista, cuja caracterização preconiza o Protótipo Depressivo de Millon, resultante da desregulação das polaridades *Dor/Passivo* (Pires, 2011), e de um Estilo de Personalidade Autoderrotista tal como conceptualizado por Millon (Choca, Shanley & Van Denburg, 1992; Craig, 2002). Salienta-se um padrão persistente de pessimismo, desistência, autossacrifício e incapacidade para experienciar momentos de prazer derivados de cognições autodepreciativas sobre si, os outros e o futuro.

No que respeita ao Perfil + *Proximidade - Diferenciação* a experiência de proximidade não é de qualidade visto a capacidade para estabelecer e manter relações íntimas se associar a uma dificuldade em exercer competências de diferenciação dos outros, de se auto-determinar e de tomar decisões independentes. Deste modo, pensa-se que o funcionamento seja marcado por um estilo Dependente e Autoderrotista, tendo por base um Estilo de Personalidade Submissa (Pires, 2011) e Autoderrotista para Millon (Choca, Shanley & Van Denburg, 1992; Craig, 2002). Este perfil representa um padrão de comportamento passivo, submisso, conformista e dependente dos outros como uma estratégia de evitamento do abandono. Predomina a falta de iniciativa, autonomia e autoconfiança, na medida em que o indivíduo tem dificuldade em expressar opiniões pessoais discordantes das dos outros. Destacam-se

ainda as fortes necessidades de aprovação, segurança, apoio, proteção e orientação do outro, e que paradoxalmente levam ao seu afastamento.

No Perfil - *Proximidade + Diferenciação* a capacidade de diferenciação e de autodeterminação em relação ao outro é de pouca qualidade ao ser compensatória de uma dificuldade em estabelecer e manter relações de proximidade. Pressupõe-se que o funcionamento seja marcado por um estilo Evitante e "*Esquizo*", baseado nos Estilos de Personalidade Evitante, Esquizóide e Esquizotípico de Millon (Choca, Shanley & Van Denburg, 1992; Craig, 2002). Deste modo, sobressai o distanciamento interpessoal por desconforto e/ou desinteresse, apesar da existência de um conflito entre o querer relacionar-se e o medo de ser rejeitado. O indivíduo prefere atividades solitárias, sendo que nas relações interpessoais destacam-se a passividade, o predomínio do embotamento afetivo ou de vigilância ansiosa, uma expressão emocional reduzida e a pouca necessidade de afeto.

No Perfil + *Produtividade - Lazer*, a capacidade de realizar ações ou desafios considerados importantes ou valiosos para o indivíduo traduz-se numa vivência sem qualidade ao associar-se a uma incapacidade de conseguir relaxar e de se sentir confortável por fazê-lo. Pensa-se que no funcionamento do indivíduo seja saliente a expressão de um *Estilo de Comportamento Tipo A* de acordo com a conceptualização de Friedman e Rosenman (1974, tal como citados por Evans, 1990) e *Obsessivo-Compulsivo*, baseado nas conceptualizações do Estilo de Personalidade Obsessivo-Compulsivo conceptualizado por Millon (Choca, Shanley & Van Denburg, 1992; Craig, 2002). Destaca-se a procura constante de novos objetivos e desafios; a obsessão com a ação e a luta crónica e incessante para conseguir fazer cada vez mais em menos tempo, em que o valor pessoal definido pelos produtos concretizados. O espírito de competição, uma devoção excessiva ao trabalho, a insatisfação constante e meticulosidade poderão aumentar a vulnerabilidade ao *stress*, a dificuldade em relaxar e em aproveitar momentos de lazer.

Inversamente, no Perfil - *Produtividade + Lazer* a capacidade de relaxar e de se sentir confortável com isso revela-se de pouca qualidade uma vez que é compensatória de uma incapacidade de realizar ações ou desafios considerados importantes ou valiosos para o indivíduo. Presume-se que no funcionamento seja predominante um registo Ocioso e de Procrastinação, conceptualizada por Klingsieck (2013) como o atraso voluntário de uma atividade necessária e/ou significativa apesar das consequências negativas esperadas; atraso que temporariamente alivia a ansiedade e resulta em humor positivo (Steel, 2007). O funcionamento caracteriza-se então pela apatia, inatividade e lentificação geral, bem como

por falta de iniciativa e de motivação para produzir. Destaca-se que a nível emocional podem estar presentes sentimentos de culpa associados à consciência do não cumprimento de realizações consideradas produtivas e significativas para o indivíduo.

Relativamente ao Perfil + *Controlo - Cooperação* a capacidade de influenciar o meio sem a influência de forças externas não é de qualidade ao ser compensatória de uma dificuldade em delegar e de cooperar com os outros, partilhando o controlo pessoal. Presume-se que o funcionamento seja marcado por um Estilo Obsessivo-Compulsivo, baseado nas conceptualizações de Millon do Estilo de Personalidade Obsessivo-Compulsivo e Agressivo-Sádico (Choca, Shanley & Van Denburg, 1992; Craig, 2002). Sumariamente, o funcionamento é marcado pela rigidez e repetição ligadas a um planeamento e organização excessivos; e pela auto-centração e perfeccionismo. Neste sentido, pode ser evidente uma hipersensibilidade à humilhação e/ou à crítica e uma dificuldade em aceitar e/ou tolerar os erros do próprio e dos outros, que se poderá manifestar numa tendência agressiva e hostil nas interações sociais. Tal pode traduzir-se na dificuldade em delegar tarefas, relacionada com uma elevada necessidade de controlo interno e externo, a nível interpessoal e contextual.

No Perfil - *Controlo + Cooperação/Cedência* a capacidade de delegar bem como de cooperar com os outros partilhando o controlo é de pouca qualidade, na medida em que funciona como compensação de uma incapacidade de influenciar o meio. Pensa-se que o funcionamento seja marcado por um Estilo Passivo-Agressivo e Autoderrotista, baseados nos respetivos estilos descritos por Millon (Choca, Shanley & Van Denburg, 1992; Craig, 2002). Neste registo de funcionamento predomina a tendência para comportamentos de submissão e de autossacrifício que traduzem uma necessidade de ser ajudado pelos outros e de lhes atribuir o controlo pessoal. Pela eventual consciência deste funcionamento, o indivíduo poderá oscilar entre deferência e conformismo, ou opor-se agressivamente nas interações sociais. Destaca-se ainda a perceção de uma baixa autoeficácia, em que o indivíduo pode não se considerar merecedor de realização pessoal e revelar dificuldades em assumir um papel de liderança.

No Perfil + *Exploração - Tranquilidade* a capacidade de explorar e de se expor a novos ambientes e contextos não é de qualidade e funciona como compensação de uma incapacidade de apreciar o que se tem na vida e o que se é, no aqui e agora. Presume-se que o funcionamento caracterize um Estilo "*Sensation-Seeking*" (Roth & Hammelstein, 2011) face à necessidade permanente de estimulação e novidade devido à insatisfação com o que se tem e o que se é; Comportamento Tipo A (Friedman e Rosenman, 1974, tal como citados por

Evans, 1990) e Borderline de acordo com o Protótipo Ciclóide descrito por Millon (Pires, 2011). Devido à insatisfação com o que se tem e o que se é, subsiste uma necessidade permanente de estimulação e novidade, em que a impulsividade e a tendência para correr riscos potencializam a procura constante de atualização interna através de novas experiências e de sensações intensas. A consequente dificuldade de experienciar o presente pode resultar na presença de sintomas ansiogênicos.

Por sua vez, no Perfil - *Exploração + Tranquilidade* a capacidade de apreciar o que se tem na vida e o que se é, no aqui e no agora, torna-se sem qualidade por compensar uma dificuldade em explorar e de se expor a novos ambientes. Presume-se que o funcionamento se caracterize por um Estilo Resignado, no sentido em que uma excessiva *Tranquilidade* levará a que o indivíduo se prenda ao contexto de uma forma estagnada, deixando de conhecer o mundo que o rodeia. Assim, a dificuldade de exploração do meio e abertura à novidade associa-se a uma tranquilidade apática e aceitação resignada. Este padrão é marcado pela acomodação ao presente numa atitude passiva, despreocupada e irresponsável, relacionada com a dificuldade de estabelecer objetivos a longo prazo, com a resistência e dificuldade de adaptação à mudança e com pouca tolerância a diferentes pontos de vista ou estilos de vida.

No Perfil + *Coerência do Self – Incoerência do Self* a capacidade de experienciar congruência entre *Self Real* e *Self Ideal*, e entre pensamentos, sentimentos e comportamentos não é de qualidade, uma vez que esta experiência é compensatória de uma dificuldade em tolerar conflitos e incongruências ocasionais. Pensa-se que o funcionamento seja marcado por um estilo rígido, de Armadura Caracterial (referências), e Paranoide, segundo o Protótipo Paranoide de Millon (Choca, Shanley & Van Denburg, 1992; Craig, 2002).

Postula-se que o funcionamento do indivíduo se caracterize por uma experiência de coerência interior rígida que associada à incapacidade da experiência de incoerência não permita a emergência de egodistonia. Para proteger a visão positiva sobre o *Self Real* persiste um mecanismo de defesa cronicamente ativo, e a tendência a recorrer à atribuição causal externa sempre que possam ser experienciadas incoerências ocasionais. A repressão e as ideias de grandeza podem também funcionar como proteção face às discrepâncias entre os *Selves* (Neale, 1988; Bentall et al., 2005, tal como citados por Rodrigues e Vasco, 2010).

Inversamente, no Perfil - *Coerência do Self + Incoerência do Self* a capacidade para tolerar conflitos e incongruências ocasionais não é de qualidade na medida em que é compensatória de uma dificuldade em experienciar incongruência entre *Self Real*, *Self Ideal* e entre pensamentos, sentimentos e comportamentos. Pensa-se que predomine um Estilo

Depressivo, Ansioso e Borderline, de acordo com o Padrão Ansioso e os Protótipos Depressivo e Ciclóide descritos por Millon (Pires, 2011). Neste funcionamento os conflitos ocasionais são tendencialmente desvalorizados devido à ruminação e persistência das incoerências das diferentes instâncias do *Self*, o que motiva a persistência de egodistonia. Devido à discrepância entre *Self* Ideal e o *Self* Real, cuja magnitude relaciona positivamente com a presença de co-morbidade com perturbações emocionais e depressão (Ferreira e Vasco, 2013), podem surgir sentimentos de vazio interior, frustração, vergonha, culpa e/ou desânimo. Para além disso, associadas à discrepância entre o *Self* Real e o *Self* Obrigatório podem surgir emoções de agitação (medo e/ou ansiedade) e a percepção de uma identidade difusa.

Quanto ao Perfil + *Autoestima* - *Autocrítica*, a capacidade para se estimar e de estar satisfeito consigo próprio é compensatória de uma incapacidade de identificar, aceitar e aprender com as insatisfações e erros pessoais, traduzindo-se numa vivência sem qualidade. Presume-se que o funcionamento se caracterize por um Estilo Narcísico e Antissocial cuja conceptualização se baseia nas Personalidades Narcísica e Agressiva descritas por Millon (Choca, Shanley & Van Denburg, 1992; Craig, 2002). Este perfil é assim tendencialmente marcado pelo egocentrismo, sentimentos de superioridade, grandiosidade, orgulho, confiança e necessidade de adoração. Devido à sobrevalorização pessoal, prevêem-se dificuldades em empatizar com os outros e a existência de uma hipersensibilidade à crítica que poderá englobar a tendência para fazer atribuições externas, comportamentos de oposição e/ou atividades ilícitas.

Por fim, no Perfil - *Autoestima* + *Autocrítica* a capacidade de identificar, aceitar e aprender com insatisfações e erros pessoais revela-se sem qualidade uma vez que é compensatória de uma dificuldade de se estimar e de estar satisfeito consigo próprio. Pensa-se que o funcionamento seja sugestivo de um Estilo Depressivo, caracterizado segundo o Protótipo Depressivo de Millon, resultante da desregulação das polaridades *Dor/Passivo* (Pires, 2011). Representa-se um funcionamento tendencialmente marcado pela autodepreciação, desvalorização pessoal e falta de confiança, intolerância aos erros do próprio e idealização dos outros. Erros cognitivos de atenção seletiva e catastrofização podem estar associados à emergência de sentimentos de culpa, de inferioridade e de incompetência.

Anexo B

Consentimento Informado

Consentimento Informado

Somos alunas da Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa, a frequentar o 5º ano do Mestrado Integrado em Psicologia. No âmbito das nossas dissertações de mestrado, sob a orientação do Professor Doutor António Branco Vasco, estamos a realizar quatro estudos, que se enquadram na investigação sobre necessidades psicológicas.

Para participar terá de preencher os seguintes requisitos:

- Ter idade igual ou superior a 18 anos;
- Ter, no mínimo, o 9º ano de escolaridade (ou equivalente);
- Ter o Português como língua materna.

Se não preencher alguma destas condições, por favor, não prossiga. Se preencher, a sua participação é voluntária e poderá interrompê-la a qualquer momento. Se por alguma razão não quiser participar tem todo o direito em fazê-lo.

As informações recolhidas são estritamente confidenciais e anónimas, sendo que não serão recolhidos quaisquer elementos que o/a possam identificar. Os dados serão utilizados exclusivamente para fins de investigação.

A sua participação consiste em responder a um conjunto de questões, nas quais não existem respostas certas nem erradas, e demorará, aproximadamente, 1 hora.

Caso tenha alguma questão ou esteja interessado/a em receber um resumo em linguagem não técnica dos resultados obtidos no final deste estudo poderá contactar-nos através do seguinte endereço de correio electrónico: necessidadespsicologicas@gmail.com.

Ao prosseguir estará a declarar que cumpre os requisitos de participação, leu, compreendeu e concordou com as indicações acima contidas e que aceita colaborar voluntariamente nesta investigação.

Muito obrigada pela sua atenção e colaboração!

Alice Várzea
Elisabel Barcelos
Neuza Carolino
Sofia Lopes

Anexo C.

Escala de Perfis de Discrepâncias de Necessidades Psicológicas (EPDN)

Escala de Perfis de Discrepâncias de Necessidades

PROTEGIDO POR DIREITOS DE AUTOR (EPDN)

Instruções

Por favor, leia com atenção cada uma das afirmações e responda, assinalando o seu grau de acordo ou desacordo numa escala de 1 a 8. **O número “1” significa “Discordo Totalmente” e o número “8” significa “Concordo Totalmente”**. A linha divisória entre o "4" e o "5" separa as zonas de desacordo e de acordo. Quanto mais elevado for o número seleccionado maior será o seu grau de acordo com a afirmação.

1 a 4				5 a 8			
Discordo				Concordo			
1	2	3	4	5	6	7	8

1. Quando sofro procuro logo algo que me proporcione prazer e bem-estar.
2. Não consigo tolerar sentir-me sozinho/a.
3. Não consigo relaxar porque tenho sempre tarefas para cumprir.
4. Prefiro trabalhar sozinho/a do que em equipa.
5. Necessito de novidades para me sentir vivo/a.
6. Nunca me sinto em conflito com a pessoa que sou.
7. Sinto-me superior à maior parte das pessoas.
8. A minha dor é tão forte que me impede de viver momentos de prazer.
9. Tenho tido muita dificuldade em aproximar-me dos outros.
10. Só me sinto confortável quando não tenho nada para fazer.
11. A opinião dos outros é muito importante nas minhas decisões.
12. Não sinto necessidade de mudanças ou de novidades porque me acomodo facilmente ao meu conforto.

13. Vivo numa constante luta entre aquilo que penso, o que sinto e o que faço.

14. Sinto-me inferior aos outros.

15. Quando sofro procuro logo a atenção de quem me rodeia para me sentir melhor.

16. Procuro agradar às pessoas que me são mais próximas.

17. Quando tento relaxar penso que devia estar a trabalhar.

18. Detesto que os outros se intrometam nos meus planos e acções.

19. Não suporto estar aborrecido/a.

20. Considero-me uma pessoa bastante coerente.

21. Tenho sempre razão naquilo que penso e/ou digo.

22. Sou uma pessoa que vive em constante sofrimento.

23. Não tenho relações próximas.

24. É-me difícil ver o trabalho como algo agradável.

25. Submeto-me sempre às ideias e opiniões dos outros.

26. Entre sair e ficar em casa, prefiro definitivamente ficar em casa.

27. Sinto que não me conheço.

28. Considero-me uma pessoa muito insegura.

29. Sentir que tenho a atenção dos outros é algo essencial que me dá prazer.

30. Pareço precisar sempre do apoio e da ajuda dos outros.

31. Pensar constantemente nas tarefas que tenho por realizar não me permite relaxar.

32. Sou desagradável com as pessoas que me tentam influenciar.

33. Sou uma pessoa que necessita de aventura e sensações intensas.

34. Não permito que os outros me coloquem em conflito comigo próprio/a.

35. Raramente sinto culpa e/ou me arrependo daquilo que faço.

36. Vislumbro a minha vida apenas em tons de cinzento.
37. Sinto-me desconfortável na presença de outras pessoas.
38. Sou daquelas pessoas que pagava para não se mexer.
39. A minha atitude passiva leva-me por vezes a ter reacções agressivas perante os outros.
40. Prefiro jogar pelo seguro e não arriscar.
41. Sinto-me culpado/a por não conseguir ser quem desejo.
42. Não consigo aceitar os meus defeitos.
43. Quando não me sinto bem procuro logo actividades que me proporcionem prazer.
44. Mesmo que sinta que os outros me magoam, não consigo deixar de viver sem eles.
45. Sinto que após atingir as metas a que me proponho isso nunca é suficiente.
46. Apenas sozinho/a consigo atingir os meus objectivos.
47. Não consigo parar de procurar novas actividades.
48. Não perco tempo a pôr-me em causa.
49. Sou a pessoa mais especial que conheço.
50. Vivo em constante sacrifício.
51. Não preciso dos outros para nada.
52. Raramente tenho vontade de produzir ou fazer coisas.
53. Sei que sou passivo/a na maior parte das situações.
54. Só me sinto verdadeiramente seguro/a em situações que conheço.
55. Sofro por não conseguir aceitar-me como sou.
56. Nunca vou conseguir acreditar em mim próprio/a.
57. Os outros sabem melhor do que eu o que fazer em situações difíceis.
58. Tenho de fazer várias coisas ao mesmo tempo para sentir que estou a produzir.

59. Devia ser capaz de controlar tudo na minha vida.

60. Não me recordo de nenhuma situação em que me tenha sentido confuso/a em relação àquilo que sou.

61. Sou demasiado especial para pertencer a um mundo tão imperfeito.

62. Se por um lado quero relacionar-me com os outros, por outro receio que me critiquem.

63. Aprecio a monotonia da minha vida.

64. Tenho muito medo de não conseguir ser a pessoa que devia ser.

65. Sou como se costuma dizer: “Um zero à esquerda”.

66. É como se aquilo que eu penso, sinto e faço não fizesse sentido.

Anexo D.

Escala de Regulação da Satisfação das Necessidades - Versão reduzida de 57 itens

(ERSN-57)

Escala de Regulação da Satisfação das Necessidades (ERSN-57)

Seguidamente apresentamos uma sequência de afirmações relativas a características e vivências pessoais. Por favor, leia com atenção cada uma delas e responda, assinalando o seu grau de acordo ou desacordo numa escala de 1 a 8. **O número “1” significa que “discorda totalmente” e o “8” que “concorda totalmente”.** A linha divisória entre o “4” e o “5” separa as zonas de desacordo e de acordo. Quanto mais elevado for o número seleccionado maior é o grau de acordo.

1 a 4 Desacordo				5 a 8 Concordo			
1	2	3	4	5	6	7	8

1. Sou capaz de distinguir críticas construtivas de destrutivas.
2. Prefiro que sejam sempre os outros a decidir.
3. De forma geral, estou satisfeito(a) comigo mesmo(a).
4. Sinto mal-estar quando tenho de discordar de alguém.
5. Faço frequentemente coisas para sair da rotina.
6. Sinto que os outros não se interessam ou se preocupam comigo.
7. Sinto-me amado(a) e acarinhado (a) por uma ou mais pessoas.
8. De uma forma geral, gosto de experienciar coisas novas.
9. Consigo desfrutar os pequenos prazeres da vida.
10. Sentir-me zangado(a) com alguém é sempre sinal de má educação.
11. Não deixo que a minha mão direita saiba o que a esquerda faz.
12. Estou satisfeito(a) com a qualidade daquilo que produzo.
13. Sinto-me sozinho(a), mesmo quando estou acompanhado(a).

14. Estou sempre muito satisfeito(a) comigo próprio(a).
15. Sinto que o meu tempo de lazer é útil e valioso.
16. Tenho dificuldade em desfrutar da vida.
17. Não há nada a aprender com as dores da vida.
18. Não sou capaz de fazer nada sem primeiro ouvir a opinião dos outros.
19. É humano chorar a perda de alguém que amamos.
20. As minhas actividades de lazer contribuem para o meu sentimento de bem-estar.
21. Sou capaz de aceitar que há coisas que estão fora do meu controlo.
22. O melhor é evitar pensar nos problemas da vida.
23. Sou tolerante comigo mesmo(a) face a conflitos entre o que penso, sinto e faço.
24. Sinto-me constrangido(a) e inibido(a) em mostrar as minhas opiniões aos outros.
25. Sinto que consigo tirar prazer da vida.
26. Experiencio paz de espírito.
27. Sou sempre igual a mim próprio(a), sem contradições.
28. Sinto-me confortável com a ideia de que não posso controlar tudo e todos.
29. Em função dos meus erros posso aperfeiçoar o meu comportamento.
30. Sinto-me confortável quando tenho de colaborar com outros.
31. Consigo suportar situações desagradáveis se vejo benefícios futuros nisso.
32. Considero-me auto-suficiente, os outros não me fazem grande falta.
33. Consigo cooperar com os outros para atingir objectivos comuns.
34. Sou tolerante comigo mesmo(a) face a conflitos entre emoções contraditórias.
35. Quando paro e reparo nas coisas à minha volta, sinto-me bem e satisfeito(a).
36. Estou sempre a necessitar de muita estimulação e novidade na minha vida.

37. Expresso as minhas ideias e opiniões, independentemente das reacções dos outros.
38. A coisa mais importante da vida é conseguir estar sem fazer nada.
39. Sou capaz de reconhecer que há coisas que estão fora do meu controlo.
40. Sei distinguir os medos justificados dos que não o são.
41. Quando sinto que tenho de ceder o meu controlo a um colectivo, aceito-o, cooperando com ele.
42. Vejo-me como uma pessoa aberta a novas experiências.
43. Quando sinto incoerências ou conflitos entre o que penso, sinto e faço, aceito a sua existência e procuro resolvê-los.
44. Faço tudo o que seja necessário por um momento de prazer.
45. Sinto-me perto de ser a pessoa que desejo ser.
46. Sinto que errar possa ser uma oportunidade de aprendizagem.
47. No geral, sinto-me satisfeito(a) quando penso nas minhas características.
48. Recorro a todos os meios para evitar ser criticado(a).
49. Quando sinto incoerências ou conflitos entre emoções contraditórias, aceito a sua existência e procuro resolvê-los.
50. Sinto orgulho na pessoa que sou.
51. Sinto que tenho uma certa calma interior.
52. Sinto orgulho naquilo que produzo e realizo.
53. É-me difícil suportar a distância entre o que sou e o que desejo ser.
54. A coisa mais importante da vida é o trabalho e a produtividade.
55. É essencial, em todas as situações, ter controlo sobre os outros.
56. Sinto-me satisfeito(a) com a minha capacidade de usar o meu tempo de lazer.
57. Sinto-me satisfeito(a) com a minha competência produtiva.

Anexo E

Inventário de Saúde Mental (ISM)

Inventário de Saúde Mental (ISM)

Seguidamente pedimos-lhe que responda a um conjunto de questões sobre o modo como se tem sentido no dia-a-dia, **durante este último mês**. Para cada questão há várias alternativas de resposta, pelo que escolha a que considere que melhor se aplica a si.

1. Neste último mês... QUÃO FELIZ E SATISFEITO(A) SE SENTIU COM SUA VIDA PESSOAL?

- Extremamente feliz
- Muito feliz e satisfeito, a maior parte do tempo
- Geralmente satisfeito e feliz
- Ora ligeiramente satisfeito, ora ligeiramente infeliz
- Geralmente insatisfeito, infeliz
- Quase sempre muito insatisfeito e infeliz.

2. Neste último mês... DURANTE QUANTO TEMPO SE SENTIU SÓ?

- Sempre
- Quase sempre
- A maior parte do tempo
- Durante algum tempo
- Quase nunca
- Nunca

3. Durante o último mês... COM QUE FREQUÊNCIA SE SENTIU NERVOSO OU APREENSIVO PERANTE COISAS QUE ACONTECERAM, OU PERANTE SITUAÇÕES INESPERADAS?

- Sempre
- Com muita frequência
- Frequentemente
- Com pouca frequência
- Quase nunca
- Nunca

4. Neste último mês... COM QUE FREQUÊNCIA SENTIU QUE TINHA UM FUTURO PROMISSOR E CHEIO DE ESPERANÇA?

- Sempre
- Com muita frequência
- Frequentemente
- Com pouca frequência
- Quase nunca
- Nunca

5. Neste último mês... COM QUE FREQUÊNCIA SENTIU QUE A SUA VIDA NO DIA-A-DIA ESTAVA CHEIA DE COISAS INTERESSANTES?

- Sempre
- Com muita frequência
- Frequentemente
- Com pouca frequência
- Quase nunca
- Nunca

6. Neste último mês... COM QUE FREQUÊNCIA SE SENTIU RELAXADO E SEM TENSÃO?

- Sempre
- Com muita frequência
- Frequentemente
- Com pouca frequência
- Quase nunca
- Nunca

7. Neste último mês... COM QUE FREQUÊNCIA SENTIU PRAZER NAS COISAS QUE FAZIA?

- Sempre
- Com muita frequência
- Frequentemente
- Com pouca frequência
- Quase nunca
- Nunca

8. Durante o último mês... ESTEVE PERANTE SITUAÇÕES EM QUE SE QUESTIONOU SE ESTARIA A PERDER A MEMÓRIA?

- Não, nunca
- Talvez pouco
- Sim, mas não o suficiente para ficar preocupado com isso
- Sim, e fiquei um bocadinho preocupado
- Sim, e isso preocupa-me
- Sim, e estou muito preocupado com isso

9. Durante o último mês... SENTIU-SE DEPRIMIDO?

- Sim, quase sempre muito deprimido(a) até ao ponto de não me interessar por nada
- Sim, muito deprimido(a) durante a maior parte do tempo
- Sim, deprimido(a) muitas vezes
- Sim, por vezes sinto-me um pouco deprimido(a)
- Não, nunca me sinto deprimido(a)

10. Durante o último mês... QUANTAS VEZES SE SENTIU AMADO(A) E QUERIDO(A)?

- Sempre
- Quase sempre
- A maior parte das vezes
- Algumas vezes
- Muito poucas vezes
- Nunca

11. Neste último mês... DURANTE QUANTO TEMPO SE SENTIU NERVOSO(A)?

- Sempre
- Quase sempre
- A maior parte do tempo
- Durante algum tempo
- Quase nunca
- Nunca

12. Neste último mês... COM QUE FREQUÊNCIA ESPERAVA TER UM DIA INTERESSANTE AO LEVANTAR-SE?

- Sempre
- Com muita frequência
- Frequentemente
- Com pouca frequência
- Quase nunca
- Nunca

13. Durante o último mês... QUANTAS VEZES SE SENTIU TENSO(A) E IRRITADO(A)?

- Sempre
- Quase sempre
- A maior parte do tempo
- Durante algum tempo
- Quase nunca
- Nunca

14. Neste último mês... SENTIU QUE CONTROLAVA PERFEITAMENTE O SEU COMPORTAMENTO, PENSAMENTOS E SENTIMENTOS?

- Sim, completamente
- Sim, geralmente
- Sim, penso que sim
- Não muito bem
- Não, e ando um pouco perturbado por isso
- Não, e ando muito perturbado por isso

15. Neste último mês... COM QUE FREQUÊNCIA SENTIU AS MÃOS A TREMER QUANDO FAZIA ALGUMA COISA?

- Sempre
- Com muita frequência
- Frequentemente
- Com pouca frequência
- Quase nunca
- Nunca

16. Neste último mês... COM QUE FREQUÊNCIA SENTIU QUE NÃO TINHA FUTURO, QUE NÃO TINHA PARA ONDE ORIENTAR A SUA VIDA?

- Sempre
- Com muita frequência
- Frequentemente
- Com pouca frequência
- Quase nunca
- Nunca

17. Neste último mês... DURANTE QUANTO TEMPO SE SENTIU CALMO(A) E EM PAZ?

- Sempre
- Quase sempre
- A maior parte do tempo
- Durante algum tempo
- Quase nunca
- Nunca

18. Neste último mês... DURANTE QUANTO TEMPO SE SENTIU EMOCIONALMENTE ESTÁVEL?

- Sempre
- Quase sempre
- A maior parte do tempo
- Durante algum tempo
- Quase nunca
- Nunca

19. Neste último mês... DURANTE QUANTO TEMPO SE SENTIU TRISTE E EM BAIXO?

- Sempre
- Quase sempre
- A maior parte do tempo
- Durante algum tempo
- Quase nunca
- Nunca

20. Neste último mês... COM QUE FREQUÊNCIA SE SENTIU PRESTES A CHORAR?

- Sempre
- Com muita frequência
- Frequentemente
- Com pouca frequência
- Quase nunca
- Nunca

21. Durante o último mês... COM QUE FREQUÊNCIA PENSOU QUE AS OUTRAS PESSOAS SE SENTIRIAM MELHOR SE VOCÊ NÃO EXISTISSE?

- Sempre
- Com muita frequência
- Frequentemente
- Com pouca frequência
- Quase nunca
- Nunca

22. Neste último mês... DURANTE QUANTO TEMPO SE SENTIU CAPAZ DE RELAXAR SEM DIFICULDADE?

- Sempre
- Quase sempre
- A maior parte do tempo
- Durante algum tempo
- Quase nunca
- Nunca

23. Neste último mês... DURANTE QUANTO TEMPO SENTIU QUE AS SUAS RELAÇÕES AMOROSAS ERAM TOTALMENTE SATISFATÓRIAS?

- Sempre
- Quase sempre
- A maior parte do tempo
- Durante algum tempo
- Quase nunca
- Nunca

24. Neste último mês... COM QUE FREQUÊNCIA SENTIU QUE TUDO ACONTECIA AO CONTRÁRIO DO QUE DESEJAVA?

- Sempre
- Com muita frequência
- Frequentemente
- Com pouca frequência
- Quase nunca
- Nunca

25. Neste último mês... QUÃO INCOMODADO(A) É QUE E SENTIU DEVIDO AO NERVOSO?

- Extremamente (ao ponto de não poder fazer as coisas que devia)
- Muito incomodado
- Um pouco incomodado
- Algo incomodado (o suficiente para dar conta)
- Apenas de forma muito ligeira
- Nada incomodado

26. Neste último mês... DURANTE QUANTO TEMPO SENTIU QUE A SUA VIDA ERA UMA AVENTURA MARAVILHOSA?

- Sempre
- Quase sempre
- A maior parte do tempo
- Durante algum tempo
- Quase nunca
- Nunca

27. Neste último mês... DURANTE QUANTO TEMPO SE SENTIU TRISTE E EM BAIXO, DE TAL MODO QUE NADA O CONSEGUIA ANIMAR?

- Sempre
- Com muita frequência
- Frequentemente
- Com pouca frequência
- Quase nunca
- Nunca

28. Durante o último mês... ALGUMA VEZ PENSOU EM ACABAR COM A VIDA?

- Sim, muitas vezes
- Sim, algumas vezes
- Sim, umas poucas vezes
- Sim, uma vez
- Não, nunca.

29. Neste último mês... DURANTE QUANTO TEMPO SE SENTIU CANSADO(A), INQUIETO(A) E IMPACIENTE?

- Sempre
- Quase sempre
- A maior parte do tempo
- Durante algum tempo
- Quase nunca
- Nunca

30. Neste último mês... DURANTE QUANTO TEMPO SE SENTIU RABUGENTO OU DE MAU HUMOR?

- Sempre
- Quase sempre
- A maior parte do tempo
- Durante algum tempo
- Quase nunca
- Nunca

31. Neste último mês... DURANTE QUANTO TEMPO SE SENTIU ALEGRE, ANIMADO(A) E BEM DISPOSTO(A)?

- Sempre
- Quase sempre
- A maior parte do tempo
- Durante algum tempo
- Quase nunca
- Nunca

32. Durante o último mês... COM QUE FREQUÊNCIA SE SENTIU CONFUSO(A) OU PERTURBADO(A) ?

- Sempre
- Com muita frequência
- Frequentemente
- Com pouca frequência
- Quase nunca
- Nunca

33. Neste último mês... SENTIU-SE ANSIOSO(A) OU PREOCUPADO(A)?

- Sim, extremamente (ao ponto de ficar doente ou quase)
- Sim, muito
- Sim, um pouco
- Sim, o suficiente para me incomodar
- Sim, de forma muito ligeira
- Não, de maneira nenhuma

34. Neste último mês... DURANTE QUANTO TEMPO SE SENTIU UMA PESSOA FELIZ?

- Sempre
- Quase sempre
- A maior parte do tempo
- Durante algum tempo
- Quase nunca
- Nunca

35. Durante o último mês... COM QUE FREQUÊNCIA SENTIU DIFICULDADE EM MANTER-SE CALMO(A) ?

- Sempre
- Com muita frequência
- Frequentemente
- Com pouca frequência
- Quase nunca
- Nunca

36. Neste último mês... DURANTE QUANTO TEMPO SE SENTIU ESPIRITUALMENTE EM BAIXO?

- Sempre
- Quase sempre
- A maior parte do tempo
- Durante algum tempo
- Quase nunca
- Nunca

37. Durante o último mês... COM QUE FREQUÊNCIA ACORDOU DE MANHÃ SENTINDO-SE FRESCO E REPOUSADO(A)?

- Sempre, todos os dias
- Quase todos os dias
- Frequentemente
- Algumas vezes, mas normalmente não
- Quase nunca
- Nunca acordo com a sensação de descansado

38. Durante o último mês... ESTEVE OU SENTIU-SE DEBAIXO DE GRANDE PRESSÃO OU STRESS?

- Sim, quase a ultrapassar os limites
- Sim, muita pressão
- Sim, alguma, mais do que o costume
- Sim, alguma como de costume
- Sim, um pouco
- Não, nenhuma

Anexo F.

Composição das Escalas e Subescalas da ERSN-57

Composição das Escalas e Subescalas da ERSN-57

	Subescala	Itens	Itens de Validade
Prazer/Dor	Prazer	9 16R 25	44
	Dor	10R 19 31 40	17
Proximidade/Diferenciação	Proximidade	6R 7 13R	18
	Diferenciação	4R 24R 37	32
Produtividade/Lazer	Produtividade	12 52 57	54
	Lazer	15 20 56	38
Controlo/Cooperação	Controlo	21 28 39	55
	Cooperação	30 33 41	2
Exploração/Tranquilidade	Exploração	5 8 42	36
	Tranquilidade	26 35 51	22
Coerência do Self/ Incoerência do Self	Coerência do Self	43 45 49	27
	Incoerência do Self	23 34 53R	11
Autoestima/Autocrítica	Autoestima	3 47 50	14
	Autocrítica	1 29 46	48

Nota R - item invertido

Anexo G.

Consistência Interna (alfa de *Cronbach*) da EPDN

Consistência Interna (alfa de Cronbach) da EPDN

Escala Global e Escalas	Nº de Itens	α
Escala Global	66	.93
+ Prazer - Dor	4	.66
- Prazer + Dor	4	.86
+ Proximidade - Diferenciação	5	.67
- Proximidade + Diferenciação	5	.74
+ Produtividade - Lazer	5	.78
- Produtividade + Lazer	4	.74
+ Controlo - Cooperação	5	.57
- Controlo + Cooperação	4	.71
+ Exploração - Tranquilidade	4	.69
- Exploração + Tranquilidade	5	.70
+ Coerência do Self - Incoerência do Self	5	.67
- Coerência do Self + Incoerência do Self	6	.91
+ Autoestima - Autocrítica	5	.70
- Autoestima - Autocrítica	5	.85

Consistência Interna da Escala + *Prazer - Dor*

Item	Média de resposta ao Item	Desvio-padrão de resposta ao item	Correlação item-total corrigida	α sem o item	Correlação item-total corrigida <i>EPDN</i>	α <i>EPDN</i> sem o item
1. Quando sofro procuro logo algo que me proporcione prazer e bem-estar.	5.36	1.900	.510	.539	.072	.931
15. Quando sofro procuro logo a atenção de quem me rodeia para me sentir melhor.	4.04	2.158	.531	.515	.283	.930
29. Sentir que tenho a atenção dos outros é algo essencial que me dá prazer.	4.31	2.045	.248	.710	.519	.929
43. Quando não me sinto bem procuro logo atividades que me proporcionem prazer.	4.97	1.945	.478	.559	.115	.931

Consistência Interna da Escala - *Prazer + Dor*

Item	Média de resposta ao Item	Desvio-padrão de resposta ao item	Correlação item-total corrigida	α sem o item	Correlação item-total corrigida <i>EPDN</i>	α <i>EPDN</i> sem o item
8. A minha dor é tão forte que me impede de viver momentos de prazer.	2.29	1.845	.648	.840	.458	.929
22. Sou uma pessoa que vive em constante sofrimento.	2.45	1.812	.818	.766	.617	.928
36. Vislumbro a minha vida apenas em tons de cinzento.	2.48	1.685	.678	.827	.608	.928
50. Vivo em constante sacrifício.	2.47	1.754	.664	.833	.542	.929

Consistência Interna da Escala + *Proximidade - Diferenciação*

Item	Média de resposta ao Item	Desvio-padrão de resposta ao item	Correlação item-total corrigida	α sem o item	Correlação item-total corrigida <i>EPDN</i>	α <i>EPDN</i> sem o item
2. Não consigo tolerar sentir-me sozinho/a.	3.37	2.102	.384	.643	.378	.931
16. Procuo agradecer às pessoas que me são próximas.	5.69	1.778	.321	.665	.285	.930
30. Pareço precisar sempre do apoio e da ajuda dos outros.	3.27	1.869	.584	.555	.497	.929
44. Mesmo que sinta que os outros me magoam, não consigo deixar de viver sem eles.	3.84	2.100	.450	.612	.363	.930
57. Os outros sabem melhor do que eu o que fazer em situações difíceis.	3.22	2.075	.413	.630	.596	.928

Consistência Interna da Escala - *Proximidade + Diferenciação*

Item	Média de resposta ao Item	Desvio-padrão de resposta ao item	Correlação item-total corrigida	α sem o item	Correlação item-total corrigida <i>EPDN</i>	α <i>EPDN</i> sem o item
9. Tenho tido muita dificuldade em aproximar-me dos outros.	2.97	2.023	.640	.638	.539	.928
23. Não tenho relações próximas.	2.23	1.704	.489	.701	.429	.929
37. Sinto-me desconfortável na presença de outras pessoas.	2.64	1.801	.582	.666	.486	.929
51. Não preciso dos outros para nada.	1.77	1.253	.370	.740	.409	.929
62. Se por um lado quero relacionar-me com os outros, por outro receio que me critiquem.	3.77	2.225	.474	.716	.631	.928

Consistência Interna da Escala + *Produtividade - Lazer*

Item	Média de resposta ao Item	Desvio- padrão de resposta ao item	Correlação item-total corrigida	α o sem o item	Correlação item-total corrigida <i>EPDN</i>	α <i>EPDN</i> sem o item
3. Não consigo relaxar porque tenho sempre tarefas para cumprir.	4.31	2.177	.597	.716	.369	.930
17. Quanto tento relaxar penso que devia estar a trabalhar.	4.08	2.186	.611	.711	.389	.929
31. Pensar constantemente nas tarefas que tenho por realizar não me permite relaxar.	4.26	2.199	.687	.683	.523	.928
45. Sinto que após atingir as metas a que me proponho isso nunca é suficiente.	4.22	2.024	.437	.769	.428	.929
58. Tenho de fazer várias coisas ao mesmo tempo para sentir que estou a produzir.	3.26	2.029	.413	.776	.476	.929

Consistência Interna da Escala - *Produtividade + Lazer*

Item	Média de resposta ao Item	Desvio- padrão de resposta ao item	Correlação item-total corrigida	α sem o item	Correlação item-total corrigida <i>EPDN</i>	α <i>EPDN</i> sem o item
10. Só me sinto confortável quando não tenho nada para fazer.	2.79	2.109	.555	.670	.505	.929
24. É-me difícil ver o trabalho como algo agradável.	2.99	2.000	.506	.698	.496	.929
38. Sou daquelas pessoas que pagava para não me mexer.	2.14	1.739	.553	.670	.445	.929
52. Raramente tenho vontade de produzir ou fazer coisas.	2.24	1.563	.539	.683	.547	.929

Consistência Interna da Escala + *Controlo - Cooperação*

Item	Média de resposta ao Item	Desvio-padrão de resposta ao item	Correlação item-total corrigida	α sem o item	Correlação item-total corrigida <i>EPDN</i>	α <i>EPDN</i> sem o item
4. Prefiro trabalhar sozinho/a do que em equipa.	4.50	2.258	.306	.533	.230	.931
18. Detesto que os outros se intrometam nos meus planos e ações.	5.37	1.849	.361	.501	.324	.930
32. Sou desagradável com as pessoas que me tentam influenciar.	3.49	1.903	.381	.488	.358	.930
46. Apenas sozinho/a consigo atingir os meus objetivos.	3.02	1.755	.380	.493	.464	.929
59. Devia ser capaz de controlar tudo na minha vida.	4.54	2.301	.254	.566	.513	.929

Consistência Interna da Escala - *Controlo + Cooperação*

Item	Média de resposta ao Item	Desvio-padrão de resposta ao item	Correlação item-total corrigida	α sem o item	Correlação item-total corrigida <i>EPDN</i>	α <i>EPDN</i> sem o item
11. A opinião dos outros é muito importante nas minhas decisões.	4.06	1.909	.442	.684	.486	.929
25. Submeto-me às ideias e opiniões dos outros.	2.56	1.644	.594	.603	.485	.929
39. A minha atitude passiva leva-me por vezes a ter reacções agressivas perante os outros.	2.49	1.827	.507	.645	.585	.928
53. Sei que sou passivo/a na maior parte das situações.	3.31	2.159	.480	.668	.428	.929

Consistência Interna da Escala + *Exploração - Tranquilidade*

Item	Média de resposta ao Item	Desvio- padrão de resposta ao item	Correlação item-total corrigida	α sem o item	Correlação item-total corrigida <i>EPDN</i>	α <i>EPDN</i> sem o item
5. Necessito de novidades para me sentir vivo/a.	4.95	1.924	.497	.608	.364	.930
19. Não suporto estar aborrecido/a.	5.09	2.113	.399	.678	.638	.930
33. Sou uma pessoa que necessita de aventura e sensações intensas.	4.78	1.841	.520	.596	.243	.930
47 Não consigo parar de procurar novas actividades.	3.94	1.812	.487	.617	.222	.930

Consistência Interna da Escala - *Exploração + Tranquilidade*

Item	Média de resposta ao Item	Desvio- padrão de resposta ao item	Correlação item-total corrigida	α sem o item	Correlação item-total corrigida <i>EPDN</i>	α <i>EPDN</i> sem o item
12. Não sinto necessidade de mudanças ou de novidades porque me acomodo facilmente ao meu conforto.	3.40	1.929	.444	.660	.253	.930
26. Entre sair e ficar em casa, prefiro definitivamente ficar em casa.	3.78	2.221	.481	.645	.362	.930
40. Prefiro jogar pelo seguro e não arriscar.	4.07	2.019	.481	.645	.390	.928
54. Só me sinto verdadeiramente seguro/a em situações que conheço.	4.73	2.107	.402	.679	.502	.929
63. Aprecio a monotonia da minha vida.	2.58	1.715	.502	.642	.281	.930

Consistência Interna da Escala + *Coerência do Self* - *Incoerência do Self*

Item	Média de resposta ao Item	Desvio- padrão de resposta ao item	Correlação item-total corrigida	α sem o item	Correlação item-total corrigida <i>EPDN</i>	α <i>EPDN</i> sem o item
6. Nunca me sinto em conflito com a pessoa que sou.	4.00	2.035	.458	.606	-.058	.932
20. Considero-me uma pessoa bastante coerente.	5.83	1.599	.350	.653	-.155	.932
34. Não permito que os outros me coloquem em conflito comigo próprio/a.	4.89	2.106	.496	.587	.035	.932
48. Não perco tempo a pôr-me em causa.	3.45	1.841	.397	.634	.128	.931
60. Não me recordo de nenhuma situação em que me tenha sentido confuso/a em relação àquilo que sou.	3.41	2.109	.432	.619	-.003	.932

Consistência Interna da Escala - *Coerência do Self + Incoerência do Self*

Item	Média de resposta ao Item	Desvio- padrão de resposta ao item	Correlação item-total corrigida	α sem o item	Correlação item-total corrigida <i>EPDN</i>	α <i>EPDN</i> sem o item
13. Vivo numa constante luta entre aquilo que penso, o que sinto e o que faço.	4.13	2.328	.725	.890	.667	.927
27. Sinto que não me conheço.	2.61	1.923	.617	.904	.527	.929
41. Sinto-me culpado/a por não conseguir ser quem desejo.	3.71	2.431	.819	.875	.681	.927
55. Sofro por não conseguir aceitar-me como sou.	2.75	2.142	.778	.882	.653	.928
64. Tenho muito medo de não conseguir ser a pessoa que devia ser.	4.11	2.405	.707	.893	.605	.928
66. É como se aquilo que eu penso, sinto e faço não fizesse sentido.	2.63	2.125	.791	.880	.685	.927

Consistência Interna da Escala + *Autoestima - Autocrítica*

Item	Média de resposta ao Item	Desvio-padrão de resposta ao item	Correlação item-total corrigida	α sem o item	Correlação item-total corrigida <i>EPDN</i>	α <i>EPDN</i> sem o item
7. Sinto-me superior à maior parte das pessoas.	2.38	1.700	.535	.628	.160	.931
21. Tenho sempre razão naquilo que penso e/ou digo.	3.64	1.812	.405	.677	.168	.931
35. Raramente sinto culpa e/ou me arrependo daquilo que faço.	3.88	1.996	.404	.680	-.135	.933
49. Sou a pessoa mais especial que conheço.	3.03	2.102	.529	.624	.026	.932
61. Sou demasiado especial para pertencer a um mundo tão imperfeito.	2.22	1.833	.440	.663	.357	.930

Consistência Interna da Escala - *Autoestima + Autocrítica*

Item	Média de resposta ao Item	Desvio- padrão de resposta ao item	Correlação item-total corrigida	α sem o item	Correlação item-total corrigida <i>EPDN</i>	α <i>EPDN</i> sem o item
14. Sinto-me inferior aos outros.	2.96	2.105	.747	.794	.548	.928
28. Considero-me uma pessoa muito insegura.	3.95	2.347	.640	.828	.555	.928
42. Não consigo aceitar os meus defeitos.	2.94	2.009	.501	.858	.606	.928
56. Nunca vou conseguir acreditar em mim próprio/a.	2.56	1.864	.767	.792	.651	.928
65. Sou como se costuma dizer: " <i>Um zero à esquerda</i> ".	2.12	1.753	.682	.815	.600	.928

Anexo H.

Correlações entre as escalas da EPDN

Correlações entre as escalas da EPDN

	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	Escala Global
1	.04	.52**	.04	.22**	.12	.12	.27**	.47**	.07	.22**	.16*	.19*	.13	.41**
2		.37**	.61**	.46**	.50**	.36**	.45**	.22**	.33**	-.23**	.71**	-.03	.66**	.69**
3			.35**	.41**	.43**	.31**	.57**	.28**	.29**	-.14	.61**	-.05	.59**	.69**
4				.33**	.59**	.51**	.58**	.13	.59**	-.09	.64**	.13	.65**	.75**
5					.37**	.43**	.34**	.44**	.18*	-.09	.54**	-.03	.50**	.64**
6						.43**	.53**	.09	.48**	-.10	.55**	.13	.54**	.69**
7							.29**	.35**	.41**	.13	.46**	.28**	.40**	.67**
8								.16*	.48**	-.12	.61**	-.07	.62**	.71**
9									-.19**	.24**	.23**	.26**	.17*	.45**
10										.12	.38**	.10	.44**	.58**
11											-.36**	.53**	-.35**	.04
12												-.19*	.83**	.80***
13													-.20**	.21**
14														.77**

* $p \leq .05$; ** $p \leq .01$; *** $p \leq .001$; +Prazer-Dor (1); -Prazer+Dor (2); +Proximidade-Diferenciação (3); -Proximidade+Diferenciação (4); +Produtividade-Lazer (5); -Produtividade+Lazer (6); +Controlo-Cooperação (7); -Controlo+Cooperação (8); +Exploração-Tranquilidade (9); -Exploração+Tranquilidade (10); +Coerência do Self-Incoerência do Self(11); -Coerência do Self+Incoerência do Self(12);+Autoestima-Autocrítica (13); -Autoestima+Autocrítica (14)