

**Joana Filipa Coimbra Coelho**

**Estudo das cognições perfeccionistas no desempenho de uma  
tarefa de revisão de texto numa amostra de estudantes  
universitários**



**UNIVERSIDADE DO ALGARVE**  
Faculdade de Ciências Humanas e Sociais

2019

**Joana Filipa Coimbra Coelho**

**Estudo das cognições perfeccionistas no desempenho de uma  
tarefa de revisão de texto numa amostra de estudantes  
universitários**

Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde

Dissertação de mestrado realizada sob a orientação de:

Professora Doutora Cláudia Carmo



UNIVERSIDADE DO ALGARVE

Faculdade de Ciências Humanas e Sociais

2019

## **Estudo das cognições perfeccionistas no desempenho de uma tarefa de revisão de texto numa amostra de estudantes universitários**

### **Declaração de Autoria de Trabalho**

Declaro ser a autora deste trabalho, que é original e inédito. Autores e trabalhos consultados estão devidamente citados no texto e constam da listagem de referências incluída.

Assinatura

---

(Joana Filipa Coimbra Coelho)

*Copyright* em nome de Joana Filipa Coimbra Coelho

A Universidade do Algarve reserva para si o direito, em conformidade com o disposto no Código do Direito de Autor e dos Direitos Conexos, de arquivar, reproduzir e publicar a obra, independentemente do meio utilizado, bem como de a divulgar através de repositórios científicos e de admitir a sua cópia e distribuição para fins meramente educacionais ou de investigação e não comerciais, conquanto seja dado o devido crédito ao autor e editor respetivos.

À memória do meu avô materno, Fernando Ferreira de Almeida Coimbra, e do meu avô  
paterno, António dos Santos Coelho.

*“Aqueles que amamos nunca morrem, apenas partem antes de nós.”*

## **Agradecimentos**

Agradeço a todos os estudantes universitários que se disponibilizaram para colaborar neste estudo, sem eles não teria sido possível elaborar o presente trabalho.

Um especial agradecimento à minha orientadora, Professora Doutora Cláudia Carmo, por me ter proporcionado a hipótese de trabalhar num tema que sempre foi do meu interesse de estudo. O apoio, a disponibilidade e todos os conhecimentos transmitidos foram essenciais ao longo deste ano.

Gostaria de agradecer, em particular, ao Professor Doutor Luís Faísca pela sua disponibilidade e ajuda, pois a sua colaboração foi essencial para o desenvolvimento da investigação.

Aos meus pais e ao meu irmão, por estarem sempre ao meu lado e me apoiarem incondicionalmente em todo o meu percurso académico, que nem sempre foi fácil. À minha restante família, por torcerem sempre por mim.

Ao Hugo, agradeço por toda a paciência e compreensão ao longo destes meses. Nos momentos mais difíceis, o seu suporte foi fundamental.

## Resumo

O conceito de perfeccionismo tem originado cada vez mais interesse por parte de muitos investigadores e clínicos. Existe um vasto suporte empírico quanto à influência do perfeccionismo no desenvolvimento e manutenção de vários sintomas psicopatológicos e no desempenho de sujeitos com elevados níveis de perfeccionismo. Neste contexto, a literatura aponta como essencial um melhor entendimento sobre o papel das cognições perfeccionistas no desempenho de determinada tarefa.

O principal objetivo desta investigação foi compreender de que forma as cognições perfeccionistas influenciam o desempenho numa tarefa de revisão de texto, numa amostra de jovens adultos universitários.

O estudo foi composto por dois momentos. O primeiro momento consistiu na avaliação dos níveis de perfeccionismo de 258 estudantes universitários portugueses. A amostra foi constituída por participantes de ambos os sexos, com idades compreendidas entre os 17 e os 40 anos ( $M = 21.02$ ;  $DP = 2.98$ ). Os participantes responderam a um Questionário de Caracterização Sociodemográfica e a uma versão reduzida da Escala Quase Perfeita (SAPS), permitindo detetar os sujeitos que apresentavam altos e baixos níveis de perfeccionismo.

Os estudantes com níveis mais elevados e mais baixos de perfeccionismo ( $N = 120$ ; 46.5%) foram selecionados para o segundo momento de avaliação, formando dois grupos – Perfeccionistas e Não Perfeccionistas. Assim, no segundo momento, os instrumentos aplicados para avaliar o perfeccionismo foram a Escala Quase Perfeita (APS), o Inventário de Cognições Perfeccionistas (PCI), a Escala Multidimensional de Perfeccionismo (HMPS) e, por fim, a Tarefa de Revisão de Texto que envolvia a deteção de erros de ortografia, gramática e formato de texto.

Os participantes com elevados níveis de perfeccionismo demoraram mais tempo na conclusão da tarefa. Sujeitos com padrões elevados de desempenho tenderam a ser menos conservadores nas suas respostas. Além disso, perfeccionistas orientados para o *self* demonstraram uma menor eficiência na resolução da Tarefa.

Assim, os resultados permitiram concluir que os níveis de perfeccionismo se encontram associados à eficiência reduzida, demonstrando a importância de considerar o tempo investido, os erros e o viés de resposta ao investigar a relação entre o perfeccionismo e o desempenho.

**Palavras-Chave:** Perfeccionismo; Crenças perfeccionistas; Desempenho; Estudantes universitários.

## **Abstract**

The concept of perfectionism has generated a growing interest in many researchers and clinicians. There is broad empirical support for the influence of perfectionism in the development and maintenance of various psychopathological symptoms and in the performance of subjects with high levels of perfectionism. In this context, the literature considers as essential a better understanding of the role of perfectionist cognitions in the performance of a given task.

The main purpose of the research was to understand how the perfectionist cognitions influence performance in a particular task, in a sample of young adult university students.

The study was composed of two moments. The first moment consisted in analyzing the levels of perfectionism of 258 portuguese university students. The sample consisted of participants of both genders, aged between 17 and 40 years ( $M = 21.02$ ;  $DP = 2.98$ ). The participants responded to a sociodemographic characterization questionnaire and a reduced version of the Almost Perfect Scale (SAPS), allowing them to detect those who had high and low levels of perfectionism.

In this sense, all participants with extremist perfectionism ( $N = 120$ ; 46.5%) were selected for the second moment of the study, forming two groups – Perfectionists and Non-Perfectionists. In the second moment, the instruments applied to evaluate the perfectionism were the Almost Perfect Scale (APS), the Inventory of Perfectionist Cognitions (PCI), the Multidimensional Scale of Perfectionism (HMPS) and, finally, the proof-reading task involving the detection of spelling, grammar and format errors.

The participants with high levels of perfectionism also took longer to complete the task. Subjects with high performance standards tended to be less conservative in their responses. In addition, self-oriented perfectionists have shown less efficiency in task resolution.

The findings show that the levels of perfectionism are associated with reduced efficiency demonstrating the importance of considering invested time, errors and response bias when investigating the relationship between perfectionism and performance.

**Key words:** Perfeccionism; Perfectionist Cognitions; Performance; University students.

# Índice

Introdução.....	1
1. Enquadramento Teórico .....	2
1.1. Perfeccionismo: Definição e natureza .....	2
1.2. Perfeccionismo na saúde/doença mental .....	7
1.3. O perfeccionismo no desempenho.....	9
2. Objetivos .....	13
3. Metodologia .....	14
3.1. Participantes.....	14
3.1.1. Caraterização sociodemográfica da amostra total .....	14
3.1.2. Caraterização sociodemográfica dos participantes em função dos níveis de perfeccionismo (Não Perfeccionistas/Perfeccionistas).....	16
3.2. Tipo de estudo.....	18
3.3. Medidas.....	18
3.3.1. Questionário Sociodemográfico .....	19
3.3.2. Escala Quase Perfeita (APS) .....	19
3.3.3. Escala Quase Perfeita, Versão Reduzida (SAPS).....	20
3.3.4. Inventário de Cognações Perfeccionistas (PCI).....	21
3.3.5. Escala Multidimensional de Perfeccionismo (HMPS).....	22
3.3.6. Tarefa de Revisão de Texto .....	23
3.4. Procedimentos.....	24
3.4.1. Procedimento de recolha de dados .....	24
3.4.2. Procedimento de análise de dados .....	26
4. Resultados .....	30
4.1. Análise dos níveis de perfeccionismo.....	30
4.2. Análise intergrupar das várias componentes do perfeccionismo .....	31
4.2.1. Escala Quase Perfeita (APS) .....	31

4.2.2.	Inventário das Cognições Perfeccionistas (PCI) .....	32
4.2.3.	Escala Multidimensional de Perfeccionismo (HMPS).....	33
4.3.	Relação entre medidas de perfeccionismo.....	34
4.4.	Tarefa de Revisão de Texto .....	35
4.4.1.	Análise intergrupar dos indicadores de desempenho.....	35
4.4.2.	Relação entre os indicadores de desempenho e as medidas de perfeccionismo 40	
5.	Discussão.....	45
6.	Conclusão .....	52
7.	Referências Bibliográficas .....	55
Anexos	.....	59

## Índice de Tabelas

<b>Tabela 1</b> <i>Caraterísticas sociodemográficas dos participantes (N = 258)</i> .....	15
<b>Tabela 2</b> <i>Média, Desvio-Padrão e Diferenças entre o grupo Não Perfeccionistas (N = 70) e o grupo Perfeccionistas (N = 50) na Escala Quase Perfeita, versão reduzida (SAPS)</i> .....	30
<b>Tabela 3</b> <i>Média, desvio-padrão e diferenças entre o grupo Não Perfeccionistas (N = 20) e o grupo Perfeccionistas (N = 12) em função da Escala Quase Perfeita (APS)</i> .....	32
<b>Tabela 4</b> <i>Média, desvio-padrão e diferenças entre o grupo Não Perfeccionistas (N = 20) e o grupo Perfeccionistas (N = 12) em função do Inventário das Cognições Perfeccionistas (PCI)</i> .....	33
<b>Tabela 5</b> <i>Média, desvio-padrão e diferenças entre o grupo Não Perfeccionistas (N = 12) e o grupo Perfeccionistas (N = 9) em função da Escala Multidimensional de Perfeccionismo (HMPS)</i> .....	33
<b>Tabela 6</b> <i>Correlação entre as Dimensões da Escala Quase Perfeita (APS) e as Dimensões do Inventário das Cognições Perfeccionistas (PCI) (N = 32)</i> .....	34
<b>Tabela 7</b> <i>Média, Desvio-Padrão e Diferenças entre o grupo Não Perfeccionistas (N = 20) e o grupo Perfeccionistas (N = 12) na variável <b>Tempo</b></i> .....	36
<b>Tabela 8</b> <i>Média, Desvio-Padrão e Diferenças entre o grupo Não Perfeccionistas (N = 20) e o grupo Perfeccionistas (N = 12) nos indicadores da variável <b>Erro Ortográfico (O)</b></i> .....	36
<b>Tabela 9</b> <i>Média, Desvio-Padrão e Diferenças entre o grupo Não Perfeccionistas (N = 20) e o grupo Perfeccionistas (N = 12) nos indicadores da variável <b>Erro de Gramática (G)</b></i> .....	37
<b>Tabela 10</b> <i>Média, Desvio-Padrão e Diferenças entre o grupo Não Perfeccionistas (N = 20) e o grupo Perfeccionistas (N = 12) nos indicadores da variável <b>Erro de Formato de Texto (T)</b></i> .....	38
<b>Tabela 11</b> <i>Média, Desvio-Padrão e Diferenças entre o grupo Não Perfeccionistas (N = 20) e o grupo Perfeccionistas (N = 12) nos indicadores da variável <b>Item</b></i> .....	39
<b>Tabela 12</b> <i>Correlação entre a variável <b>Tempo</b> e a Escala Quase Perfeita (APS), o Inventário das Cognições Perfeccionistas (PCI) e a Escala Multidimensional do Perfeccionismo (HMPS)</i> .....	40
<b>Tabela 13</b> <i>Correlação entre a variável <b>Erro Ortográfico (O)</b> e a Escala Quase Perfeita (APS), o Inventário das Cognições Perfeccionistas (PCI) e a Escala Multidimensional do Perfeccionismo (HMPS)</i> .....	41
<b>Tabela 14</b> <i>Correlação entre a variável <b>Item</b> e a Escala Quase Perfeita (APS), o Inventário das Cognições Perfeccionistas (PCI) e a Escala Multidimensional do Perfeccionismo (HMPS)</i> .....	43

## **Índice de Figuras**

<i>Figura 1.</i> Procedimento de recolha (dois momentos) .....	26
--	----

## **Índice de Anexos**

<b>Anexo A</b> – Instruções da Tarefa de Revisão de Texto, disponibilizadas ao longo de toda a duração da prova.....	60
--	----

## **Lista de Siglas**

**QSD:** Questionário Sociodemográfico

**APS:** Escala Quase Perfeita de Slaney, Ashby e Trippi (1995)

**SAPS:** Escala Quase Perfeita, versão reduzida de Rice, Richardson e Tueller (2014)

**PCI:** Inventário de Crenças Perfeccionistas de Flett, Hewitt, Blankstein e Gary (1998)

**HMPS:** Escala Multidimensional de Perfeccionismo de Hewitt e Flett (1991)

**PAO:** Perfeccionismo Auto-Orientado

**PSP:** Perfeccionismo Socialmente Prescrito

**POO:** Perfeccionismo Orientado para os Outros

## **Introdução**

O perfeccionismo é definido como um traço de personalidade caracterizado pelo esforço pela perfeição e pelo estabelecimento de elevados padrões de desempenho, acompanhado de autoavaliações críticas e de preocupações relativamente às avaliações dos outros (Stoeber & Childs, 2010; Frost, Marten, Lahart, & Rosentable, 1990).

Os sujeitos perfeccionistas encontram-se constantemente preocupados em atingir metas excessivamente elevadas e irrealistas, tendendo a realizar avaliações críticas de si mesmos. As experiências de insucesso são normalmente sobregeneralizadas pelos perfeccionistas, prestando uma atenção especial aos seus fracassos em detrimento dos seus sucessos (Ram, 2005).

Assim, pode-se afirmar que o perfeccionismo consiste numa característica de personalidade que pode afetar todos os domínios da vida. No entanto, a maioria dos perfeccionistas não são perfeccionistas em todas as áreas (Stoeber & Stoeber, 2009). Em vez disso, o perfeccionismo é muitas vezes específico do domínio, o que significa que os sujeitos perfeccionistas são geralmente mais perfeccionistas em alguns domínios do que outros (Dunn, Gotwals, & Dunn, 2005; Mcardle, 2010).

Pode também ser descrito como uma característica complexa, multidimensional que aparece sob diferentes formas e aspetos, alguns dos quais podem ser funcionais e adaptativos, enquanto outros são disfuncionais e desadaptativos (Enns & Cox, 2002; Stoeber & Otto, 2006). Deste modo, o perfeccionismo é considerado um tópico de estudo interessante, tornando-se uma área importante de investigação psicológica.

O perfeccionismo, enquanto traço de personalidade, apresenta uma componente comportamental e uma componente cognitiva. Com interesse em compreender se estas componentes se relacionam entre si, surge o propósito de realizar este trabalho.

Neste sentido, a presente investigação tem como principal intuito compreender o papel das cognições perfeccionistas no desempenho de uma Tarefa de Revisão de Texto, numa amostra de jovens adultos universitários.

Apesar de existirem diversos estudos relacionados com o perfeccionismo, as investigações sobre o desempenho e os níveis de perfeccionismo em contexto académico são ainda reduzidas. Assim, tornou-se pertinente a realização desta investigação.

Este trabalho é constituído por seis capítulos. No primeiro capítulo é apresentado o Enquadramento Teórico, onde se encontra a revisão de literatura do construto em

estudo. De seguida, encontram-se delineados os objetivos gerais e específicos. O capítulo seguinte, referente à Metodologia, inclui a descrição da amostra, do tipo de estudo, dos instrumentos de medida selecionados e os procedimentos utilizados para a recolha e análise de dados. No capítulo quatro são apresentados os principais Resultados de acordo com os objetivos propostos. De seguida, no capítulo cinco, a Discussão dos resultados e, por fim, no capítulo seis, uma Conclusão geral.

## **1. Enquadramento Teórico**

### **1.1. Perfeccionismo: Definição e natureza**

O conceito de perfeccionismo tornou-se objeto de interesse e de atenção por parte de clínicos e investigadores no âmbito da psicologia a partir da última metade do século XX (e.g., Hollender, 1965; Hamachek, 1978). O aumento da investigação acerca do perfeccionismo permitiu um conhecimento mais aprofundado do conceito e um conhecimento sobre a influência que este apresenta em vários quadros clínicos, nomeadamente, perturbações depressivas (e.g., Hewitt & Flett, 1991; Sherry, Hewitt, Flett, & Harvey, 2003), perturbações da alimentação e da ingestão (e.g., Shafran, Cooper, & Fairburn, 2002; Egan, Wade, & Shafran, 2011) e perturbação obsessiva-compulsiva (e.g., Antony, Purdon, Huta, & Swinson, 1998; Wu & Cortesi, 2009).

Perfeccionismo é geralmente considerado como uma disposição de personalidade que envolve a procura pela perfeição, o estabelecimento de padrões de desempenho excessivamente elevados e a avaliação crítica de si mesmo relativamente a falhas percebidas (Stoeber, 2018). Contudo, ao longo do tempo o construto foi alvo de controvérsias sobre a sua definição e natureza, dando origem a diferentes perspetivas e abordagens teóricas (Shafran & Mansell, 2001).

O sujeito perfeccionista define padrões demasiado elevados e irrealistas, existindo uma incapacidade de alcançar as metas estabelecidas. Como consequência, havendo uma perceção de discrepância entre o que foi estabelecido e o que foi alcançado, ocorrem autoavaliações negativas. Para Shafran, Cooper e Fairburn (2002), o pensamento perfeccionista é um padrão cognitivo caracterizado por uma crença nuclear disfuncional:

existe um estado perfeito suscetível de ser atingido, tornando os desejos (quero/preciso) em exigências (devo). Por outro lado, o pensamento perfeccionista tende a focar-se nos objetivos não alcançados (e, maioritariamente, inalcançáveis) e não nos êxitos obtidos (Shafran, Cooper, & Fairburn, 2002).

As primeiras definições de perfeccionismo salientavam unicamente os aspetos clínicos deste conceito. Horney (1945, 1972) considerou o perfeccionismo como uma disposição de personalidade altamente neurótica, sem quaisquer aspetos positivos. No clássico livro – *Our Inner Conflicts* (Horney, 1999) –, a autora sugeriu que o sujeito tinha duas formas de abordar os conflitos neuróticos: envolver-se na repressão e banir o conflito da sua consciência; ou a criar uma imagem idealizada do seu *Eu* perfeito (Horney, 1999).

Ainda numa leitura psicodinâmica, Adler (1956) argumentou que a procura pela perfeição era considerada um aspeto natural e inato do desenvolvimento humano, no sentido de maximizar o talento ou o potencial dos sujeitos. As consequências desse esforço pela perfeição só se tornavam negativas quando o estabelecimento e a obtenção de padrões elevados nascessem de sentimentos de inferioridade ou como um pré-requisito necessário para sentimentos ampliados de valor próprio. Assim, o autor argumentava que os sujeitos que apresentavam perfeccionismo adaptativo procuravam alcançar objetivos reais, enquanto os sujeitos que apresentavam perfeccionismo desadaptativo poderiam tornar-se obsessivos relativamente aos objetivos delineados e tendiam a ter medo da crítica (Adler, 1956).

De acordo com Hollender (1965, 1978), o perfeccionismo era descrito como “a prática de exigir de si ou dos outros, uma qualidade de desempenho maior do que aquela que é requerida para a situação”. O autor defendeu que existiam processos cognitivos envolvidos, tais como a atenção seletiva, “constantemente em alerta para o que está errado, raramente focado no que está certo”, e o valor pessoal contingente ao desempenho, “os perfeccionistas veem-se como sendo julgados pelo que fazem e não pelo que são” (Hollender, 1965, 1978).

Na mesma perspetiva, Burns (1980) descreveu o perfeccionismo como uma “rede de cognições” que incluem expectativas, interpretações e avaliações sobre o próprio e os outros. Segundo este autor, os sujeitos perfeccionistas estabelecem padrões e/ou objetivos irrealistas por serem demasiado elevados e rígidos, definindo o seu valor pessoal de forma contingente à concretização desses padrões e objetivos (Burns, 1980).

Com base na conceção unidimensional, destaca-se um dos primeiros instrumentos de avaliação do perfeccionismo, a Escala de Perfeccionismo de Burns (*Burns Perfectionism*

*Scale*, BPS; Burns, 1980) que avalia as características desadaptativas do construto. Nessa época, a maioria dos estudos sobre as perturbações do comportamento alimentar utilizaram os seis itens da subescala Perfeccionismo presente no Inventário de Perturbações Alimentares (*Eating Disorder Inventory*, EDI; Garner, Olmsted, & Polivy, 1983).

Apesar das diferentes definições dos autores que compreendiam o perfeccionismo como um construto unidimensional, sublinhando a natureza patológica e clínica deste construto, existia consenso quanto à sua principal característica: padrões pessoais de desempenho excessivamente elevados.

Contudo, com a prática clínica, vários foram os investigadores (e.g., Frost, Marten, Lahart, & Rosenblate, 1990; Hewitt & Flett, 1991) que sugeriram uma abordagem multidimensional de forma a identificar não só os aspetos desadaptativos como os aspetos adaptativos do perfeccionismo. Neste sentido, a conceção unidimensional, que se focava apenas nos aspetos intrapessoais, deixou de ser exclusiva e as abordagens multidimensionais centradas também na componente interpessoal passaram a assumir um papel de relevo.

Em 1978, Hamachek sugeria que o perfeccionismo compreendia aspetos normais ou adaptativos e aspetos neuróticos ou desadaptativos. De acordo com a autora, a principal distinção entre perfeccionismo normal e neurótico remetia para a capacidade de os perfeccionistas normais conseguirem permitir pequenas falhas no seu desempenho, aceitando-o como bem-sucedido. Por outro lado, os perfeccionistas neuróticos eram caracterizados por serem excessivamente preocupados com os erros, apresentando uma preocupação constante relativamente ao medo de falhar. A implicação dessa distinção era que o perfeccionismo envolvia elevados padrões de desempenho acompanhados por uma tendência de avaliação excessivamente crítica do próprio comportamento. Os problemas psicológicos associados ao perfeccionismo provavelmente encontrar-se-iam mais intimamente associados a essas tendências de avaliação crítica do que ao estabelecimento de padrões excessivamente elevados. Segundo a autora, a preocupação excessiva relativamente aos erros levaria os sujeitos perfeccionistas a lutarem por alcançar os objetivos delineados por medo do fracasso e não por uma necessidade de realização (Hamachek, 1978).

A abordagem dimensional defende que as facetas do perfeccionismo são combinadas de modo a formar duas dimensões que devem ser diferenciadas (Frost, Heimberg, Holt, Mattia, & Neubauer, 1993; Stoeber & Otto, 2006): Esforços

Perfeccionistas (dimensão associada com características positivas) e Preocupações Perfeccionistas (dimensão associada com características negativas). Os Esforços Perfeccionistas incluem aspetos do perfeccionismo associados com os esforços em alcançar a perfeição e com o desenvolvimento de padrões excessivamente elevados de desempenho. Por outro lado, as Preocupações Perfeccionistas estão relacionadas com aspetos associados com preocupações de cometer erros, medo de ser avaliado de forma negativa pelos outros e sentimentos de discrepância entre as suas expectativas e o seu desempenho. As diferenças entre estas duas dimensões são cruciais para a compreensão do perfeccionismo. Embora estejam frequentemente correlacionadas (a maioria dos sujeitos que apresentam elevados níveis de esforços perfeccionistas apresentam também elevados níveis de preocupações perfeccionistas), as duas dimensões mostram diferentes padrões de relacionamento.

As Preocupações Perfeccionistas mostram relações negativas fortes e consistentes – isto é, associações possíveis com características, processos e resultados negativos (e.g., neuroticismo, afeto negativo) e indicadores de desajuste psicológico e perturbação mental (e.g., depressão). Por outro lado, os Esforços Perfeccionistas mostram geralmente relações positivas – isto é, associações positivas com características, processos e resultados positivos (e.g., conscienciosidade, afeto positivo) e indicadores de bem-estar subjetivo e bom ajustamento psicológico (e.g., satisfação com a vida) (Stoeber & Otto, 2006).

A conceção da abordagem multidimensional do perfeccionismo foi tão importante do ponto de vista clínico e de investigação que surgiram dois instrumentos para medir as diferentes componentes do perfeccionismo, Escala Multidimensional de Perfeccionismo (MPS; Frost, Marten, Lahart, & Rosenblate, 1990; Hewitt e Flett, 1991).

Frost, Marten, Lahart e Rosenblate (1990) desenvolveram uma escala denominada de Escala Multidimensional de Perfeccionismo (*Frost Multidimensional Perfectionism Scale*, FMPS), onde diferenciaram seis dimensões do perfeccionismo: Padrões Pessoais (PP), Preocupação com os Erros (PE), Dúvidas sobre as Ações (DA), Expectativas Parentais (EP), Críticas Parentais (CP) e Organização (O). Destes seis fatores, quatro dizem respeito a aspetos do perfeccionismo direcionados para o próprio (PP, PE, DA e O) enquanto os restantes dois correspondem a dimensões interpessoais que refletem a perceção de exigências impostas por terceiros, neste caso os pais do sujeito (EP e CP) (Frost et al., 1990).

Com a mesma designação, um ano mais tarde, Hewitt e Flett (1991) desenvolveram a Escala Multidimensional de Perfeccionismo (*Multidimensional*

*Perfectionism Scale of Hewitt and Flett*, HMPS), onde distinguiram três dimensões que envolvem igualmente aspectos intrapessoais e interpessoais, denominadas por Perfeccionismo Auto-Orientado (PAO), Perfeccionismo Socialmente Prescrito (PSP) e Perfeccionismo Orientado para os Outros (POO). A principal diferença entre as três dimensões não se refere ao padrão de comportamento perfeccionista em si, mas sim o objeto a quem o comportamento perfeccionista é dirigido (e.g., Perfeccionismo Auto-Orientado vs. Perfeccionismo Orientado para os Outros) ou a quem é exigido o comportamento perfeccionista (e.g., Perfeccionismo Socialmente Prescrito) (P. L. Hewitt & Flett, 1991).

Assim, o PAO refere-se a uma tendência do sujeito para estabelecer para si mesmo normas rigorosas e padrões de desempenho elevados e excessivos, muitas vezes impossível de cumprir (dimensão intra-individual). O PSP remete para a crença de que os outros apresentam expectativas relativamente ao sujeito perfeccionista que são impossíveis de concretizar (dimensão interpessoal) (O'Connor, Rasmussen, & Hawton, 2009b). E, por último, o POO (dimensão interpessoal) que envolve as crenças e as expectativas relativas às capacidades dos outros, para os quais o sujeito estabelece normas irrealistas, exigindo que cumpram os elevados padrões impostos por ele (Flett, Hewitt, Shapiro, & Rayman, 2002).

Ainda segundo uma conceção multidimensional foi desenvolvida uma outra medida, a Escala Quase Perfeita (*Almost Perfect Scale-Revised*, APS-R; Slaney, Mobley, Rice, Trippi, & Ashby, 2001) que é frequentemente usada para categorizar os sujeitos em perfeccionistas adaptativos e perfeccionistas desadaptativos. O APS-R contém três subescalas: Padrões Elevados, Ordem e Percepção da Discrepância. A subescala Padrões Elevados mede os altos padrões pessoais de desempenho e de realização; a subescala Discrepância mede a percepção dos sujeitos de si mesmos como falha ao atender os teus padrões pessoais de desempenho; e, por último, a subescala Ordem mede a preferência por limpeza e organização. Ambos os perfeccionistas tendem a apresentar valores altos na subescala Padrões e na subescala Ordem, mas os perfeccionistas desadaptativos têm também valores altos na subescala Discrepância (Slaney, Rice, Mobley, Trippi, & Ashby, 2001).

Deste modo, é possível compreender que embora o perfeccionismo apresente aspectos que são positivos (adaptativos) e outros que são negativos (desadaptativos), são estes últimos que consubstanciam a ligação entre o construto e os problemas psicológicos – evidenciada há várias décadas em descrições de casos clínicos (e.g., perturbação

depressiva, perturbação de ansiedade, perturbação da alimentação e da ingestão) (Macedo et al., 2007).

## **1.2. Perfeccionismo na saúde/doença mental**

Em 2003, Egan, Wade e Shafran num estudo de meta-análise sublinham as evidências sobre o papel do perfeccionismo em diversas condições psicopatológicas. Nessa perspetiva, os investigadores argumentaram que esse traço de personalidade poderia ser também considerado como um processo transdiagnóstico. Embora não sendo considerado formalmente como um processo, o perfeccionismo incorpora um conjunto de características cognitivas e comportamentais que atuam em várias perturbações psicológicas como um fator de vulnerabilidade comum (Harvey, Watkins, Mansell, & Shafran, 2004).

A evidência empírica de que o perfeccionismo é um traço de personalidade presente em vários quadros clínicos é considerado, segundo Shafran, Cooper e Fairburn (2002), como um conceito transdiagnóstico caracterizado por uma dependência excessiva de autoavaliações exigentes relativamente a determinados padrões pessoais, em pelo menos um domínio (Shafran et al., 2002).

O perfeccionismo poderá estar relacionado com a etiologia (como sendo um fator de risco) de algumas perturbações como pode também ser um fator de manutenção dos mesmos e preditor do resultado do tratamento (i.e., a presença de elevados níveis de perfeccionismo dificulta o processo terapêutico, sobretudo se o domínio a que se aplica for o mesmo que ocorre na perturbação psiquiátrica) (Egan, Wade, & Shafran, 2011).

O construto pode ser avaliado do ponto de vista comportamental (e.g., verificação, comportamentos repetitivos) ou do ponto de vista cognitivo (e.g., pensamentos repetitivos negativos, ruminação, preocupação). Neste sentido, surge o interesse pelo estudo da componente cognitiva do perfeccionismo.

O pensamento repetitivo negativo (PNR), também considerado como processo transdiagnóstico, é definido como um fenómeno cognitivo com características formais de intrusividade, repetição e relativa incontrollabilidade (Ferreira, Nascimento, Macedo, Pereira, & Pissarra, 2017). Outros exemplos associados ao perfeccionismo são a ruminação e a preocupação, na medida em que o sujeito perfeccionista se encontra constantemente preocupado com o seu desempenho futuro (Preocupação) ou realiza autocríticas pelos erros passados (Ruminação). Assim, estes processos cognitivos constituem-se como

mecanismos que apresentam implicações na manutenção do perfeccionismo e das suas consequências emocionais negativas (Ehring & Watkins, 2008; Watkins, 2008).

No âmbito desta componente, surgem modelos que procuram explicar a parte cognitiva do perfeccionismo. Em 2002, Shafran, Cooper e Fairburn desenvolveram um modelo cognitivo-comportamental que destacou algumas das características cognitivas relevantes envolvidas no perfeccionismo clínico, nomeadamente, os perfeccionistas estabelecem metas que dificilmente são viáveis; os perfeccionistas não conseguem atingir os seus objetivos porque estes são irrealisticamente elevados; a pressão constante para alcançar a perfeição, com o inevitável fracasso como resultado, reduz o desempenho e a produtividade, podendo levar à procrastinação ou ao evitamento de tarefas; por fim, segundo estes autores, este ciclo determina a autocrítica severa e auto depreciação que predis põem o sujeito perfeccionista a experienciar sofrimento emocional, sob a forma de ansiedade ou humor disfórico (Shafran et al., 2002). Neste contexto, o medo de fracassar e as crenças relacionadas com o fracasso são características psicopatológicas centrais do perfeccionismo clínico e sua principal força motivacional.

O medo de fracassar e de não ser capaz de cumprir os padrões de desempenho excessivamente elevados pode ser tão intenso que leva alguns sujeitos a utilizar estratégias de evitamento (e.g., trabalhar durante longas horas, rever ou refazer tarefas já concluídas) que podem funcionar para se distraírem de pensamentos e/ou sentimentos indesejados (e.g., dúvidas sobre as capacidades de alguém ou pensamentos autocríticos). Contudo, os sujeitos com elevados níveis de perfeccionismo tendem a abandonar estas estratégias porque o facto de não conseguirem atingir os seus padrões ou objetivos é mais doloroso do que a experiência do afeto negativo em si (Macedo, Marques, & Pereira, 2014).

Flett, Nepon e Hewitt (2015), na tentativa de melhor compreender os aspetos cognitivos deste traço de personalidade, desenvolvem a Teoria da Cognição do Perfeccionismo. Trata-se de um modelo teórico que propõe uma estrutura concetual para explorar e explicar os mecanismos, os processos e os resultados cognitivos que enfatizam o perfeccionismo.

A Teoria da Cognição do Perfeccionismo postula que: o perfeccionismo está associado a um início de ruminação mais rápido e frequente, assim como persistente e prolongado; o perfeccionismo está propenso a experienciar uma grande variedade de tipos de pensamentos recorrentes e de formas de perseverança cognitiva, incluindo alguns tipos de pensamento excessivo característicos deste traço; uma excessiva ativação cognitiva e

perseverança leva ao desenvolvimento de memórias de erros, falhas e experiências stressantes. Esta atividade cognitiva é acompanhada por uma hipervigilância e por uma tendência cognitiva de relacionar sugestões que sinalizam a possibilidade de erros, falhas ou avaliações sociais negativas (Flett, Nepon, & Hewitt, 2015).

Com o interesse crescente em avaliar a componente cognitiva do perfeccionismo surgiu o Inventário das Cognitiones Perfeccionistas (*Perfectionism Cognitions Inventory*, PCI; Flett, Hewitt, Blanksteinn, & Gray, 1998) que avalia a frequência dos pensamentos perfeccionistas. O PCI baseia-se na premissa de que os sujeitos perfeccionistas que percebem a existência de uma discrepância entre o seu *Eu* real e o seu *Eu* ideal tenderão a experimentar pensamentos automáticos que refletem temas relacionados com o perfeccionismo (Flett, Hewitt, Blankstein, & Gray, 1998).

Assim, sabendo que as dimensões deste traço de personalidade, quer comportamentais quer cognitivas, apresentam influência no desempenho, surgiu a pertinência de estudar mais aprofundadamente esta relação.

### **1.3. O perfeccionismo no desempenho**

Considerando a conceptualização do perfeccionismo e a importância que os perfeccionistas colocam nos elevados padrões de desempenho, a presença de níveis elevados de perfeccionismo e o desempenho dos sujeitos tem sido estudada em diversos contextos, nomeadamente, no contexto do desempenho académico (e.g., Bong, Hwang, Noh, & Kim, 2014), da *performance* desportiva (e.g., Dunn, Gotwals, Dunn, & Syrotuik, 2006) ou na realização de pequenas tarefas de leitura e/ou deteção de erros (e.g., Ishida, 2005).

No início da década de 90, Frost e Marten (1990) com o objetivo de estudar a relação entre o perfeccionismo e os padrões de desempenho académico, propuseram uma amostra de estudantes universitárias com diferentes níveis de perfeccionismo que completassem uma tarefa de escrita sob condições de ameaça avaliativa alta *versus* baixa. De acordo com os resultados alcançados, as estudantes universitárias com níveis mais elevados de perfeccionismo experimentaram níveis significativamente mais elevados de afeto negativo comparativamente às estudantes não perfeccionistas, mas apenas quando os componentes avaliativos da tarefa foram enfatizados (i.e., sob condições de ameaça avaliativa alta). Além disso, a qualidade do trabalho produzido pelas estudantes

perfeccionistas na condição de ameaça avaliativa alta foi menor do que a das não perfeccionistas (Frost & Marten, 1990).

Besser, Flett e Hewitt (2004), num estudo experimental examinaram de que forma os sujeitos perfeccionistas responderiam, relativamente ao seu desempenho, em situações manipuladas de sucesso e de fracasso. Através dos resultados alcançados, concluíram que sujeitos com elevado Perfeccionismo Auto-Orientado (PAO) experimentaram níveis significativamente elevados de afetividade negativa e uma diminuição da afetividade positiva, independentemente do seu desempenho real, dificuldade da tarefa e tipo de *feedback* recebido (Besser, Flett, & Hewitt, 2004).

Num estudo semelhante realizado por Stoeber, Hutchfield e Wood (2008) foi possível observar que os aspetos desadaptativos do perfeccionismo (i.e., autocrítica) se relacionam negativamente com níveis de confiança e autoeficácia após *feedback* de falha/insucesso. Por outro lado, os aspetos adaptativos do perfeccionismo (i.e., esforço perfeccionista) encontravam-se associados ao alcance de metas mais altas após *feedback* de sucesso, aumentando os níveis de aspiração (Stoeber, Hutchfield, & Wood, 2008).

Ishida (2005), num estudo sobre o desempenho absoluto e a eficiência de sujeitos perfeccionistas e não perfeccionistas, procurou compreender a relação entre o perfeccionismo e o desempenho na resolução de problemas. Os participantes realizaram uma tarefa de resolução de problemas, sendo instruídos a procurar as informações pertinentes para resolver a tarefa (Ishida, 2005).

Foram entregues arquivos a todos os participantes, contendo informações relevantes (i.e., as informações necessárias para resolver o problema presente na tarefa) e informações irrelevantes. Com base numa avaliação prévia das cognições perfeccionistas dos participantes, foram constituídos dois grupos: Perfeccionistas e Não Perfeccionistas. Os perfeccionistas apresentaram pontuações mais baixas na tarefa de resolução de problemas e investiram mais tempo nas informações irrelevantes, permitindo também concluir que o perfeccionismo se encontra associado a uma eficiência reduzida (Ishida, 2005).

A descoberta de uma relação inversa entre o perfeccionismo e a eficiência levou Stoeber e Eysenck (2008) a replicarem esse estudo, explorando aprofundadamente as relações entre o perfeccionismo, o desempenho e a eficiência ao analisar como as duas dimensões do perfeccionismo (Padrões elevados e percepção da Discrepância) previam o desempenho, o esforço e a eficiência numa tarefa de prova de leitura que exigia aos participantes detetar os Erros de Ortografia, de Gramática e de Formato de Texto. O

tempo de realização da tarefa foi definido previamente pelos autores, tendo os participantes de assinalar quando a concluíssem.

Os resultados mostraram que os Padrões elevados apresentaram uma relação positiva com os Falsos Alarmes (erros detetados incorretamente), sugerindo que os sujeitos que apresentam Padrões de perfeição e expectativas de desempenho tendem a encontrar falhas mesmo quando está tudo bem, sendo menos eficientes no seu desempenho. Por outro lado, a Discrepância mostrou uma relação negativa com os Acertos (erros detetados corretamente), sugerindo que os sujeitos que apresentam a percepção de que são incapazes de cumprir os seus padrões e expectativas de perfeição são mais cautelosos e conservadores, tendendo a não quererem encontrar falhas mesmo quando algo poderia ser melhorado (Stoeber & Eysenck, 2008).

Posteriormente, Stoeber (2011) replicou o estudo de Stoeber e Eysenck (2008) com o objetivo de expandir as descobertas alcançadas sobre o perfeccionismo, a eficiência e o Viés de Resposta no desempenho de uma prova de leitura utilizando uma amostra maior, diferentes medidas de perfeccionismo e um texto diferente. Os resultados demonstraram a importância de considerar o perfeccionismo como uma característica de personalidade multidimensional e diferenciar duas dimensões principais: Esforços Perfeccionistas e Preocupações Perfeccionistas. De acordo com os dados obtidos, os sujeitos com altos níveis de Esforços Perfeccionistas mostraram menor eficiência no desempenho da prova, corroborando os anteriores resultados deste autor em 2008. Além disso, os Esforços Perfeccionistas mostraram uma relação positiva com os Falsos Alarmes (erros detetados incorretamente) e uma relação negativa com o Viés de Resposta, indicando que sujeitos com altos níveis de Esforços Perfeccionistas tenderiam a relatar erros mesmo quando tudo estava correto. Neste sentido, investem mais esforço e demonstram uma relação positiva com o tempo investido para completar a tarefa de revisão de texto.

Os resultados do estudo de Stoeber (2011) demonstraram que as Preocupações Perfeccionistas apresentaram uma relação parcial negativa com o número de Acertos (erros corretamente detetados) e uma relação parcial positiva com o Viés de Resposta, quando a influência dos Esforços Perfeccionistas não foi considerada. Contudo, é de realçar que não foi utilizada a mesma tarefa do estudo anterior, não sendo claro se os resultados são específicos para o desempenho na prova de leitura.

Neste sentido, o autor ressalta a importância de considerar não apenas o desempenho absoluto e as respostas corretas (Acertos), mas também o desempenho

relativo (ou Eficiência) e as respostas incorretas ao investigar a relação perfeccionismo-desempenho (Stoeber, 2011). Assim, pode-se ter em consideração o esforço investido para atingir o nível de desempenho (Michael W Eysenck & Calvo, 1992).

Considerando a revisão de literatura efetuada no âmbito deste trabalho pode-se sublinhar a natureza multidimensional (adaptativa e desadaptativa) e transdiagnóstica do perfeccionismo que remete para a existência de duas componentes de avaliação e de análise do construto em estudo: componente comportamental e componente cognitiva.

Assim, com o interesse de compreender a componente cognitiva do perfeccionismo, a presente investigação, através de um desenho transversal, pretendeu investigar de que forma as cognições perfeccionistas podem influenciar o desempenho numa Tarefa de Revisão de Texto.

## **2. Objetivos**

A presente investigação tem como objetivo principal compreender o papel das cognições perfeccionistas no desempenho de uma tarefa de revisão de texto, numa amostra de estudantes universitários.

De modo a alcançar o objetivo geral, delinearam-se os seguintes objetivos específicos: (1) Explorar se existem diferenças nas várias dimensões de perfeccionismo em sujeitos com altos e baixos níveis de perfeccionismo; (2) Avaliar as relações entre as várias dimensões comportamentais e cognitivas do perfeccionismo; (3) Verificar se existem diferenças no desempenho da Tarefa de Revisão de Texto em sujeitos com altos e baixos níveis de perfeccionismo; (4) Analisar as relações entre os níveis de perfeccionismo e a eficiência na resolução da revisão de texto; (5) Explorar as relações entre as cognições perfeccionistas e a eficiência na realização da tarefa; (6) Compreender de que forma o perfeccionismo influencia a eficiência na resolução da tarefa, nas diferentes modalidades de erro.

### **3. Metodologia**

Neste capítulo pretende-se apresentar detalhadamente a metodologia utilizada na realização do presente estudo. Serão apresentados os participantes que colaboraram na investigação, o tipo de estudo, as medidas utilizadas, os procedimentos de recolha e de análise de dados.

#### **3.1. Participantes**

O presente estudo encontra-se dividido em dois momentos.

No primeiro momento, a amostra total foi composta por 258 estudantes universitários de nacionalidade portuguesa. A partir da amostra total, foram posteriormente selecionados os participantes que apresentavam altos e baixos níveis de perfeccionismo ( $N = 120$ ). Estes participantes foram divididos em dois grupos distintos, de acordo com os níveis de perfeccionismo: 70 sujeitos com baixos níveis de perfeccionismo (grupo Não Perfeccionistas) e 50 sujeitos com altos níveis de perfeccionismo (grupo Perfeccionistas).

No segundo momento da investigação, os 120 participantes selecionados foram contactados com a finalidade de dar continuidade ao estudo. Compareceram 32 sujeitos, que aceitaram continuar a colaborar. Neste sentido, a amostra final foi composta por 32 sujeitos (20 sujeitos Não Perfeccionistas e 12 sujeitos Perfeccionistas).

##### **3.1.1. Caracterização sociodemográfica da amostra total**

A caracterização da amostra total foi efetuada tendo em consideração as seguintes variáveis sociodemográficas: idade; sexo; naturalidade; estado civil; curso; habilitações académicas; rendimento escolar médio; situação profissional; e se recebe algum tratamento psicológico e/ou psiquiátrico, tal como se encontra representado na Tabela 1.

**Tabela 1***Caraterísticas sociodemográficas dos participantes (N = 258)*

Caraterísticas Sociodemográficas		N (%)	
Sexo	Feminino		178 (69.0)
	Masculino		80 (31.0)
Estado Civil	Solteiro		252 (97.7)
	Casado/União de facto		2 (0.8)
	Divorciado		2 (0.8)
	Outra		2 (0.8)
Habilitações académicas	Licenciatura		256 (99.2)
	Mestrado		2 (0.8)
Curso	Ciências humanas e sociais		136 (52.7)
	Ciências económicas		92 (35.7)
	Ciências naturais		30 (11.6)
Situação Profissional	Trabalhador estudante	Sim	36 (14.0)
		Não	222 (86.0)
Rendimento escolar médio	Suficiente (10 a 13 valores)		129 (50.0)
	Bom (14 a 16 valores)		111 (43.0)
	Muito bom (superior a 16)		18 (7.0)
Tratamento psicológico e/ou psiquiátrico	Sim		6 (2.3)
	Não		252 (97.7)

*Nota.* N = 258; % = percentagem.

No primeiro momento, a amostra foi composta por 258 estudantes universitários de ambos os sexos, sendo 80 do sexo masculino (31.0%) e 178 do sexo feminino (69.0%), com idades compreendidas entre os 17 e os 40 anos ( $M = 21.02$ ;  $DP = 2.98$ ).

Relativamente ao estado civil, os participantes são maioritariamente solteiros (97.7%), sendo os restantes casados ou vivendo em união de facto (0.8%), divorciados (0.8%) ou outra (0.8%). Todos os participantes são de nacionalidade portuguesa. Quanto à naturalidade, a maioria dos participantes pertence ao distrito de Faro (57.4%), seguindo-se os distritos de Lisboa (7.8%), Beja (7.4%) e Setúbal (5.8%).

A maioria dos sujeitos ( $N = 256$ ) frequentava o 1.º ciclo do ensino universitário. Destes, 15.5% frequentava o 1º ano, 50.3% frequentava o 2º ano e os restantes frequentavam o 3º ano (33.3%). Apenas dois sujeitos frequentavam o 2.º ciclo do ensino universitário (0.8%), em que um frequentava o 1º ano (0.4) e o outro frequentava o 2º ano (0.4).

O curso académico maioritariamente frequentado pelos estudantes da nossa amostra é o de Psicologia (20.2%), seguido de Gestão (18.6), Gestão de Empresas (16.7%), Educação Social (12.8%), Biologia Marinha (11.2%), Sociologia (10.9%), Marketing (7.8%), Biologia (0.4%), Gestão de Recursos Humanos (0.4%), Neurociências cognitivas e Neuropsicologia (0.4%) e Psicologia Clínica e da Saúde (0.4%).

Em relação à média académica, 129 estudantes referem ter Suficiente (50.0%) e os restantes afirmam ter Bom (43.0%) ou Muito Bom (7.0%). Em relação à situação profissional dos participantes, 36 são trabalhadores estudantes (14.0%) e 222 não são trabalhadores estudantes (86.0%).

Por último, apenas 6 sujeitos (2.3%) assinalaram estar no momento a realizar tratamento psicológico e/ou psiquiátrico.

Posteriormente à recolha de dados da primeira fase, realizou-se uma seleção de acordo com os níveis de perfeccionismo dos participantes. Isto é, da amostra inicial foram selecionados os participantes com altos e baixos níveis de perfeccionismo. Desta forma, foi possível apurar que 70 participantes apresentavam baixos níveis de perfeccionismo (27.1%) e 50 apresentavam elevados níveis de perfeccionismo (19.4%). Os restantes 138 participantes (53.5%) não foram selecionados por apresentarem níveis de perfeccionismo normativos.

### **3.1.2. Caracterização sociodemográfica dos participantes em função dos níveis de perfeccionismo (Não Perfeccionistas/Perfeccionistas)**

Na segunda fase do estudo, a amostra foi composta por um total de 120 participantes (46.5% da amostra total). Considerando as variáveis sociodemográficas em

estudo, pretendeu-se verificar as diferenças sociodemográficas dos participantes selecionados para o segundo momento da presente investigação, nomeadamente o grupo Não Perfeccionistas ( $N = 70$ ) e o grupo Perfeccionistas ( $N = 50$ ).

Os participantes que apresentam níveis baixos de perfeccionismo são maioritariamente do género feminino ( $N = 53$ ; 75.7%), sendo os restantes 24.3% do género masculino ( $N = 11$ ). Relativamente ao estado civil, 68 sujeitos afirmam ser solteiros (97.1%), 1 refere ser casado ou viver em união de facto (1.4%) e o outro refere ser divorciado (1.4%). No que diz respeito às habilitações académicas 69 sujeitos encontram-se no 1.º ciclo (98.6%), dois quais 13 frequentam o 1º ano (18.6%), 26 frequentam o 2º ano (37.1%) e 30 frequentam o 3º ano (42.9%). Desta forma, apenas um sujeito se encontra a lecionar no 2.º ciclo (1.4%), frequentando o 1º ano (1.4%).

O rendimento escolar médio dos participantes mostra ser Suficiente para 45.7% ( $N = 32$ ), Bom para 42.9% ( $N = 30$ ) e Muito bom para 11.4% ( $N = 8$ ). No que diz respeito à situação profissional, 6 sujeitos referem ser trabalhadores estudantes (8.6%) enquanto a maioria declara ser apenas estudante (91.4%). Por fim, 69 sujeitos do grupo Não Perfeccionistas afirmam não receber tratamento psicológico e/ou psiquiátrico (98.6%), sendo que apenas 1 sujeito refere receber (1.4%).

Em relação ao grupo Perfeccionistas ( $N = 50$ ), 32 participantes correspondem ao género feminino (64.0%) e os restantes 18 ao género masculino (36.0%). De acordo com os dados referentes ao estado civil, 96.0% dos sujeitos referem ser solteiros ( $N = 48$ ), 2.0% são divorciados ( $N = 1$ ) e 2.0% afirma corresponder a outra opção que não as apresentadas ( $N = 1$ ). Frequentando o 1.º ciclo, 9 sujeitos encontram-se no 1º ano (18.0%), 28 sujeitos encontram-se no 2º ano (56.0%) e 13 sujeitos encontram-se no 3º ano (26.0%). Considerando a situação profissional dos participantes com níveis elevados de perfeccionismo, 6 afirmam ser trabalhadores estudantes (12.0%) e os restantes 44 declaram ser estudantes a tempo inteiro (88.0%).

No que diz respeito ao rendimento escolar médio, a maioria dos participantes afirmam ter um desempenho Suficiente ( $N = 30$ ; 60.0%), sendo que 18 referem ter um rendimento Bom (36.0%) e apenas 2 referem ter Muito bom (4.0%). Relativamente ao tratamento psicológico e/ou psiquiátrico, todos os participantes do grupo Perfeccionistas afirmam não receber qualquer tipo de acompanhamento ( $N = 50$ ).

Com recurso ao Teste  $t$  de Student para amostras independentes, compararam-se as médias dos grupos em estudo relativamente às variáveis sociodemográficas. Através dos dados alcançados foi possível verificar que não existem diferenças estatisticamente

significativas entre o grupo Não Perfeccionistas e o grupo Perfeccionistas em nenhuma das variáveis sociodemográficas.

Assim, é possível concluir que não houveram diferenças nas características sociodemográficas entre os 20 sujeitos Não Perfeccionistas e os 12 sujeitos Perfeccionistas.

### **3.2. Tipo de estudo**

Para a realização do estudo foi utilizado um paradigma de investigação quantitativa, do tipo quasi-experimental (Sousa, Driessnack, & Mendes, 2007).

No estudo quasi-experimental são examinadas as relações de causa-efeito entre as variáveis independentes e dependentes. Embora este tipo de desenho possa ser útil para testar a efetividade de uma intervenção, por ser considerado o que mais se aproxima de um cenário natural, está exposto a um elevado número de ameaças quanto à validade interna e externa. Desta forma, pode levar à diminuição da confiança e causar generalização dos resultados da investigação (Sousa et al., 2007).

O desenho da presente investigação é considerado transversal, uma vez que as variáveis foram identificadas num determinado período de tempo e as relações entre elas foram posteriormente analisadas.

### **3.3. Medidas**

Com o intuito de avaliar os níveis de perfeccionismo (na sua componente comportamental e cognitiva), foram previamente selecionados alguns instrumentos. No primeiro momento foi aplicada uma versão reduzida de uma medida de perfeccionismo – a Escala Quase Perfeita, versão reduzida (*The Short Form of the Revised Almost Perfect Scale*, SAPS; Rice, Richardson, & Tueller, 2014), para selecionar os sujeitos com altos e baixos níveis de perfeccionismo. Juntamente com o instrumento referido, foi apresentado um questionário de caracterização sociodemográfica.

No momento seguinte, após ser selecionada a amostra da investigação e tendo em consideração os objetivos delineados, foram aplicados os seguintes instrumentos de avaliação: Escala Quase Perfeita (*Almost Perfect Scale*, APS; Slaney et al., 1995); Inventário de Cognitiones Perfeccionistas (*Perfectionism Cognitions Inventory*, PCI; Flett, Hewitt, Blanskein, & Gray, 1998), adaptado por Carmo, Cotão, Brás e Faísca (2018); Escala Multidimensional de Perfeccionismo (*Multidimensional Scale of Perfectionism*,

HMPS; P. L. Hewitt & Flett, 1991), adaptada por Soares, Gomes, Macedo e Azevedo (2003); e uma Tarefa de Revisão de Texto, adaptada do estudo de Stoeber e Eysenck (2008).

Todos os instrumentos mencionados encontram-se descritos de seguida.

### **3.3.1. Questionário Sociodemográfico**

De forma a recolher informações sociodemográficas pertinentes relativamente à amostra, foi aplicado um breve questionário desenvolvido no âmbito deste estudo que permitiu caracterizar os participantes quanto ao sexo, à idade, à naturalidade, à nacionalidade, ao estado civil, ao nível de ensino, ao curso, ao rendimento escolar, à profissão e à existência ou não de tratamento psicológico e/ou psiquiátrico.

### **3.3.2. Escala Quase Perfeita (APS)**

A Escala Quase Perfeita (APS) avalia o perfeccionismo em três subescalas: os Padrões elevados, a Ordem e a perceção da Discrepância (Slaney, Ashby, & Trippi, 1995; Slaney, Rice, Mobley, Trippi, & Ashby, 2001). As duas primeiras subescalas representam os aspetos positivos do perfeccionismo, enquanto a última remete para os aspetos negativos desse traço de personalidade (Slaney, Chadha, Mobley, & Kennedy, 2000; Slaney et al., 2001).

A presente escala consiste numa medida de grande utilidade clínica, uma vez que a perceção da Discrepância contribui para discriminar os sujeitos perfeccionistas adaptativos e desadaptativos.

De acordo com Slaney e colaboradores (2001), as subescalas Padrões e Discrepância correspondem a elementos de definição do perfeccionismo. Uma elevada pontuação na subescala Padrões expressa que altas expectativas são definidas com uma alta necessidade de excelência, definindo assim os perfeccionistas, independentemente de estes serem adaptativos ou desadaptativos. Combinando uma elevada pontuação na subescala Discrepância e uma elevada pontuação na subescala Padrões indica a presença de um tipo de perfeccionismo desadaptativo. Um sujeito desadaptativo é menos flexível, existindo um sentimento de frustração e de incapacidade de alcançar os objetivos.

Por outro lado, embora a subescala Ordem apresente uma boa consistência interna, alguns autores (Rice et al., 2014; Stoeber & Otto, 2006) argumentaram que esta não produz muitos benefícios preditivos empíricos na compreensão do perfeccionismo.

O instrumento é composto por 23 itens que se distribuem numa escala de tipo *Likert*, na qual 1 se refere a *Discordo Fortemente* e o 7 refere-se a *Concordo Fortemente*. A subescala Padrões (7 itens) avalia a presença de padrões elevados de desempenho (e.g., item 1 – *Tenho altos padrões relativamente ao meu desempenho no trabalho ou na escola*; item 5 – *Se você não espera muito de si mesmo, então nunca terá sucesso*).

A subescala Ordem (4 itens) mede a preferência por ordem (e.g., item 2 – *Sou uma pessoa organizada*; item 4 – *A limpeza é importante para mim*), enquanto a subescala Discrepância (12 itens) avalia o grau em que os sujeitos se percebem como incapazes de alcançar os seus padrões de desempenho (e.g., item 3 – *Sinto-me muitas vezes frustrado(a) por não cumprir os meus objetivos*; item 6 – *O meu melhor nunca parece ser bom o suficiente para mim*) (Slaney et al., 2001).

Os coeficientes de estrutura das três dimensões da escala oscilam entre .42 e .88. Os coeficientes de alfa de *Cronbach* foram .85 para a subescala Padrões, .82 para a subescala Ordem e .91 para a subescala Discrepância, indicando que a versão original da escala apresenta valores adequados de consistência interna (Slaney et al., 2001).

No presente estudo, a consistência interna da Escala Quase Perfeita (APS) foi estimada considerando os valores do alfa de *Cronbach* das subescalas Padrão ( $\alpha = .8$ ), Ordem ( $\alpha = .8$ ) e Discrepância ( $\alpha = .9$ ), assim como o valor obtido para o total da escala ( $\alpha = .8$ ). Desta forma, interpretando os valores do  $\alpha$  mencionados é possível observar que a presente escala apresenta bons indicadores de fidelidade.

### **3.3.3. Escala Quase Perfeita, Versão Reduzida (SAPS)**

A Escala Quase Perfeita, Versão Reduzida (SAPS) avalia o traço de perfeccionismo em apenas duas subescalas: Padrão e Discrepância. Rice, Richardson e Tueller (2014), com base no trabalho de Stoeber e Otto (2006), retiraram a subescala Ordem por esta não ter emergido como uma dimensão central do perfeccionismo.

Esta medida na sua versão reduzida é composta por 8 itens que se distribuem numa escala de tipo *Likert*, na qual 1 se refere a *Discordo Fortemente* e o 7 refere-se a *Concordo Fortemente*. A subescala Padrão (4 itens) avalia a presença de padrões elevados no

desempenho do sujeito (e.g., item 1 – *Tenho expectativas elevadas em relação a mim*; item 7 – *Eu espero o melhor de mim*).

Por outro lado, a subescala Discrepância (4 itens) avalia o grau em que os sujeitos se percebem como incapazes de alcançar os seus padrões de desempenho previamente estabelecidos por eles (e.g., item 2 – *Fazer o meu melhor nunca parece ser suficiente*; item 8 – *Raramente fico satisfeito(a) com o meu desempenho*) (Slaney et al., 2001).

No âmbito deste estudo, a Escala Quase Perfeita, Versão Reduzida (SAPS) foi traduzida para português e encontra-se em adaptação para a população portuguesa.

Ao realizar a análise de fidelidade da SAPS, recorrendo ao método do alfa de Cronbach foi possível determinar os valores de  $\alpha$  referentes às duas subescalas e ao total da escala. Os valores obtidos para a subescala Padrão e para a subescala Discrepância foram ambos de .7. O valor obtido para o total da escala foi de .631, permitindo concluir que a aplicabilidade do instrumento apresenta uma consistência interna aceitável. Kline (1999) refere que, quando se estuda construtos psicológicos, os valores abaixo de .7 podem ser esperados devido à diversidade de construtos que estão a ser medidos (Kline, 1999).

#### **3.3.4. Inventário de Cognitiones Perfeccionistas (PCI)**

O Inventário de Cognitiones Perfeccionistas (PCI) é composto por uma lista de pensamentos perfeccionistas que tem como intuito avaliar a frequência das cognitiones associadas ao perfeccionismo. O objetivo do instrumento é encontrar os pensamentos automáticos típicos deste traço de personalidade.

O presente inventário é composto por 25 itens, contendo três dimensões que apresentam validade adequada: preocupação com os erros (e.g., item 4 – *Nunca deveria cometer o mesmo erro duas vezes*), padrões pessoais (e.g., item 12 – *Tenho de ser sempre eficiente*) e procura da perfeição (e.g., item 2 – *Preciso de fazer melhor*).

As respostas dos sujeitos devem ser dadas consoante a frequência dos pensamentos perfeccionistas relativamente à semana anterior à realização da prova, sendo assinalados numa escala de tipo Likert com 5 pontos, na qual 1 corresponde a *Nunca* e 5 corresponde a *Sempre*.

Ao analisar investigações onde utilizaram este inventário, foi possível verificar que este é unidimensional e que possui propriedades psicométricas adequadas e que os

sujeitos que apresentam elevadas pontuações tendem a relatar espontaneamente pensamentos perfeccionistas em situações naturalistas (Flett et al., 1998).

O Inventário de Cognitiones Perfeccionistas foi traduzido e adaptado à população portuguesa por Carmo, Cotão, Brás e Faísca (2018), apresentando propriedades psicométricas adequadas.

Neste estudo, o valor de alfa de *Cronbach* encontrado foi de .9 para o total da escala. Neste sentido, apresentando um valor de consistência interna elevado, a aplicabilidade do Inventário das Cognitiones Perfeccionistas (PCI) demonstra ser confiável.

### **3.3.5. Escala Multidimensional de Perfeccionismo (HMPS)**

A Escala Multidimensional de Perfeccionismo (P. L. Hewitt & Flett, 1991) é composta por 45 itens de resposta fechada, distribuídos por três subescalas que medem as três dimensões do perfeccionismo: Perfeccionismo Auto-Orientado (PAO), Perfeccionismo Socialmente Prescrito (PSP) e Perfeccionismo Orientado para os Outros (POO).

A dimensão Perfeccionismo Auto-Orientado (PAO) (18 itens) avalia o estabelecimento de padrões excessivamente elevados e a motivação perfeccionista dirigida a si próprio (e.g., item 1 – *Quando estou a trabalhar em alguma coisa, não consigo relaxar enquanto não estiver tudo perfeito*).

O Perfeccionismo Socialmente Prescrito (PSP) avalia a percepção de que os outros estabelecem padrões excessivamente elevados dirigidos a si (e.g., item 5 – *Tenho dificuldade em satisfazer as expetativas que as outras pessoas têm sobre mim*).

Por último, o Perfeccionismo Orientado para os Outros (POO) avalia os padrões de desempenho ou de comportamento irrealistas para com os outros significativos (e.g., item 2 – *Não tenho tendência para criticar alguém que desiste muito facilmente*) (Carmo, Brás, Batista, & Faísca, 2017).

Para Soares, Gomes, Macedo, Santos e Azevedo (2003) a diferença primordial entre cada uma destas dimensões não está relacionada com o padrão de comportamento em si próprio, mas sim no objeto para o qual é dirigido o comportamento perfeccionista (auto-orientado *versus* orientado para os outros) ou a quem é atribuído o comportamento perfeccionista (socialmente prescrito).

As respostas dos sujeitos são assinaladas numa escala de tipo *Likert* com 7 níveis de concordância, correspondendo 1 a *Discordo Completamente* e 7 a *Concordo*

*Completamente*, embora 19 itens sejam cotados em sentido inverso (e.g., item 8 – *No meu trabalho, nunca tenho como objetivo a perfeição*). A pontuação total é obtida através da soma das pontuações de cada item. De forma semelhante, as pontuações fatoriais calculam-se somando a cotação dos itens de cada fator (Soares, Gomes, Macedo, & Azevedo, 2003).

A versão original do instrumento em questão apresenta uma boa consistência interna. A HMPS foi traduzida e adaptada para a população portuguesa por Soares, Gomes, Macedo e Azevedo (2003), apresentando adequadas qualidades psicométricas, tendo sido esta a versão utilizada no presente estudo.

Foi calculado o alfa de *Cronbach* de cada subescala constituinte da Escala Multidimensional de Perfeccionismo (HMPS) no presente estudo. As subescalas Perfeccionismo Auto-Orientado (PAO), Perfeccionismo Socialmente Prescrito (PSP) e Perfeccionismo Orientado para os Outros (POO) obtiveram valores elevados de consistência interna,  $\alpha = .9$ ;  $\alpha = .9$ ;  $\alpha = .8$ , respetivamente.

O alfa de *Cronbach* de .9 identificado para o total da escala demonstra um bom indicador de fidelidade relativamente ao presente instrumento, apresentando uma consistência interna aceitável.

### **3.3.6. Tarefa de Revisão de Texto**

A tarefa consistiu na revisão de um texto, tendo como objetivo medir o desempenho dos participantes relativamente a Erros de Ortografia, de Gramática e de Formato de Texto. O texto foi adaptado de um excerto de um artigo científico publicado em língua portuguesa.

Após a seleção do excerto, este passou por diversas alterações de forma a serem inseridos 39 erros: 12 Erros de Ortografia (e.g., *Questões relativas aos ábitos alimentares, de higiene e sono*), 15 Erros de Gramática (e.g., *É necessário estabelecendo prioridades na educação e saúde*) e 12 Erros de Formato de Texto (e.g., *Camacho et al., 2016*). Relativamente aos erros de formatação, de acordo com as instruções fornecidas, os participantes deveriam assinalar como erro, por exemplo, “Camacho et al., 2016” porque a forma correta seria “Camacho e colaboradores, 2016”.

No final de cada linha do texto apresentado, encontravam-se três caixas, sendo que cada uma delas correspondia a um tipo de erro, onde o sujeito deveria identificar os

erros encontrados. Quando fosse detetado um erro, o participante deveria assinalar com um X na caixa da coluna correspondente ao tipo de erro encontrado.

No caso de não existir nenhum erro em alguma linha do texto, o sujeito não deveria assinalar nada. Contudo, poderia existir mais do que um tipo de erro em cada linha e, nesse caso, o sujeito deveria assinalar nas colunas correspondentes ao tipo de erro encontrado. Isto é, se numa linha estivessem presentes um Erro de Gramática e um Erro de Formato de Texto, o sujeito deveria colocar um X na coluna que correspondesse aos Erros de Gramática e outro X na coluna que correspondesse aos Erros de Formato de Texto.

Antes de dar início à realização da tarefa, foram explicadas aos participantes todas as regras acima referidas. Ainda assim, foram fornecidas as instruções (Anexo A) em formato papel de forma a poderem ser consultadas no decorrer da realização da prova.

A tarefa deveria ser realizada num período máximo de 35 minutos, sendo cronometrado o tempo de realização da tarefa de revisão de texto de cada participante.

### **3.4. Procedimentos**

Com o intuito de esclarecer de que forma decorreu a presente investigação, encontrar-se-ão descritos, de seguida, o procedimento de recolha de dados e o procedimento de análise de dados.

#### **3.4.1. Procedimento de recolha de dados**

Inicialmente, foi dirigido um pedido de autorização aos Presidentes do Conselho Diretivo de todas as Faculdades e Escolas da Universidade do Algarve. Após a resposta afirmativa das faculdades e escolas que se disponibilizaram para colaborar, foi enviado um pedido de autorização aos docentes de modo a permitirem a recolha de dados em contexto de sala de aula.

Numa primeira fase da investigação, foi feito um estudo piloto com 21 estudantes universitários portugueses, os quais foram adicionados à amostra do presente estudo. Nesse estudo, os instrumentos de medida utilizados foram a Escala Quase Perfeita (APS) e o Inventário das Cognitiones Perfeccionistas (PCI). Para o presente estudo foram feitos alguns ajustes, nomeadamente adicionado o instrumento de medida Escala Multidimensional de Perfeccionismo (HMPS).

No primeiro momento de recolha de dados, foi aplicada a Escala Quase Perfeita, versão reduzida (SAPS) aos estudantes universitários e ainda um questionário de caracterização sociodemográfica, permitindo recolher informações pertinentes acerca dos participantes. Nesse momento foi facultado um consentimento informado, comprovando a participação voluntária e a confidencialidade de todos os dados recolhidos.

De forma a ser possível contactar os participantes seleccionados para a fase seguinte da investigação, foi entregue uma folha onde os estudantes poderiam deixar o contacto telefónico e/ou o contacto eletrónico (e-mail), caso concordassem em dar continuidade à sua participação no presente estudo.

Com o propósito de identificar os participantes para uma segunda fase de recolha, em cada folha fornecida encontrava-se no canto superior direito uma caixa composta por quatro quadrados onde os sujeitos deveriam colocar algarismos que formassem um código de quatro dígitos.

A informação recolhida no primeiro momento foi posteriormente organizada e analisada, de forma a seleccionar os sujeitos que iriam prosseguir no estudo. De acordo com os objetivos delineados, foram seleccionados e contactados via eletrónica ou telefónica os participantes que apresentavam altos e baixos níveis de perfeccionismo.

Aos sujeitos que aceitaram colaborar na segunda fase da investigação, foram aplicados os restantes instrumentos previamente seleccionados. O tempo de duração estimado para o segundo momento de recolha de dados foi de aproximadamente 45 minutos.

No decorrer da experiência, à medida que iam sendo entregues os questionários, foi lido em voz alta e em conjunto cada um dos cabeçalhos. Após o preenchimento da Escala Quase Perfeita (APS), do Inventário de Crenças Perfeccionistas (PCI) e da Escala Multidimensional de Perfeccionismo (HMPS), pela ordem referida, foi entregue a Tarefa de Revisão de Texto ao participante.

Imediatamente antes da realização da tarefa, foram explicadas verbalmente as regras de correção do texto e o tempo disponível para a sua realização. As instruções, em formato papel, puderam ser consultadas durante todo o período de execução da prova. O tempo de realização de cada participante foi cronometrado, tendo sido necessário que informassem aquando o término da mesma.

No final de cada momento de recolha de dados, foi feito um pequeno resumo sobre os objetivos da experiência, sendo disponibilizado o contacto de e-mail dos experimentadores para um possível esclarecimento adicional.

Para uma melhor compreensão do procedimento de recolha realizado nos dois momentos do presente estudo, foi desenvolvido com o apoio da Figura 1 um resumo de ambos os momentos com os valores das respetivas amostras e instrumentos de medida utilizados.

<b>1º Momento</b>	<b>2º Momento</b>
Amostra inicial ( $N = 258$ )	Sub amostra selecionada ( $N = 32$ )
Perfeccionistas ( $n = 50$ )	Perfeccionistas ( $n = 12$ )
Neutro ( $n = 138$ )	-
Não Perfeccionistas ( $n = 70$ )	Não Perfeccionistas ( $n = 20$ )
Avaliação Sociodemográfica (QSD)	Escala Quase Perfeita (APS)
Escala Quase Perfeita, <i>v. reduzida</i> (SAPS)	Inventário das Cognitiones Perfeccionistas (PCI)
	Escala Multidimensional de Perfeccionismo (HMPS)
	Tarefa de Revisão de Texto

Figura 1. Procedimento de recolha (dois momentos)

### 3.4.2. Procedimento de análise de dados

Posteriormente à recolha dos dados dos participantes, tanto no primeiro momento como no segundo momento da presente investigação, estes foram organizados e transformados para uma base de dados em suporte informático. Todas as análises de dados foram realizadas recorrendo ao programa de tratamento de dados estatísticos *Statistical Package for the Social Sciences (IBM SPSS Statistics – Versão 25.0)* para o sistema operativo Windows. As técnicas estatísticas foram selecionadas tendo em consideração as características da amostra e os objetivos do estudo, de forma a serem as mais adequadas.

Inicialmente, realizou-se uma análise descritiva das variáveis sociodemográficas dos participantes ( $N = 258$ ). Recorrendo às ferramentas de cálculo estatístico do *software* foi possível fazer uma caracterização da amostra. Os valores da frequência e da percentagem, assim como da média e do desvio-padrão, foram utilizados na análise da amostra recolhida.

Com o objetivo de analisar os participantes com níveis altos e baixos de perfeccionismo, foi realizado um ponto de corte para o limite superior e outro para o limite inferior. Através da função *visual binning* do *software*, foram definidos os pontos de corte a partir da variável Total da Escala Quase Perfeita, versão reduzida (SAPS).

Deste modo, partindo da amostra inicial ( $N = 258$ ) foram selecionados dois grupos: o grupo Não Perfeccionistas ( $N = 70$ ) e o grupo Perfeccionistas ( $N = 50$ ). Assim, foi realizada a caracterização sociodemográfica da amostra selecionada ( $N = 120$ ), nomeadamente do grupo Não Perfeccionistas e do grupo Perfeccionistas, permitindo verificar se existiam diferenças estatisticamente significativas relativamente às variáveis sociodemográficas em função dos níveis de perfeccionismo.

De seguida, foi feita a análise de fidelidade de todos os instrumentos utilizados no decorrer do estudo. Através do cálculo do alfa de *Cronbach* ( $\alpha$ ) analisou-se a consistência interna de cada escala, que poderia variar entre zero e um. De acordo com Field (2009), se o valor de  $\alpha$  for entre .7 e .8 é considerado aceitável. Contudo, valores substancialmente inferiores indicam que a escala não é confiável.

De acordo com Cronbach (1951), se existirem diversos fatores num instrumento a fórmula de cálculo do alfa de *Cronbach* deve ser aplicada separadamente a todos itens relacionados com os diferentes fatores. Por outras palavras, no caso de um instrumento que contenha subescalas a fórmula deve ser aplicada individualmente a cada subescala (Field, 2009).

Posteriormente, recorrendo ao *software*, foi utilizado o Teste *t* que, entre outras aplicações, pode ser usado para verificar se as médias entre dois grupos distintos apresentam diferenças significativas (Field, 2009). Deste modo, foi selecionado o Teste *t* para amostras independentes.

Ao interpretar os resultados deste teste paramétrico foram analisados os valores do *d* de Cohen. Em estatística, o *d* de Cohen representa a magnitude do efeito que um dado fator apresenta num estudo experimental ou na intensidade da relação entre variáveis. O presente indicador consiste numa medida objetiva e (normalmente) *standard*, o que permite comparar o efeito de um fator em diferentes estudos que medem diferentes variáveis ou que apresentam diferentes escalas de medida (Field, 2009). No que diz respeito à interpretação do valor obtido através da fórmula, se este for 0.20 é considerado pequeno, se for 0.50 é considerado médio e se for 0.80 é considerado grande (Cohen, 1988).

De modo a compreender se as medidas em estudo se encontravam relacionados entre si foi realizado o coeficiente de correlação paramétrico – Teste de *Pearson*. Os valores do coeficiente de correlação de *Pearson* podem variar entre -1 e 1. Quando o módulo do valor é 1 indica a presença de uma correlação perfeita. No caso de o coeficiente assumir o valor 0, significa que existe uma correlação não linear (Field, 2009). Para uma interpretação pormenorizada, quando o coeficiente assume valor inferior a .20 considera-se negligenciável; valor entre .20 e .40 é considerada fraca; valor entre .40 e .60 é considerada moderada; valor entre .60 e .80 é forte e, no caso de ser superior a .80 a correlação é muito forte.

No segundo momento do estudo procedeu-se à caracterização da amostra ( $N = 32$ ), analisando-se as médias e os desvios-padrão das variáveis em estudo relativamente ao grupo Não Perfeccionistas ( $N = 20$ ) e ao grupo Perfeccionistas ( $N = 12$ ).

Com o intuito de comparar os valores médios das variáveis e de verificar a significância da diferença entre os dois grupos, foi utilizado o teste não-paramétrico de Mann-Whitney para amostras independentes. Ao interpretar os resultados alcançados com o teste não-paramétrico, determinou-se o tamanho do efeito através do cálculo do coeficiente de  $r$ . Os valores foram interpretados considerando o critério definido por Cohen (1988), ou seja, se for 0.10 corresponde a um efeito pequeno, se for 0.30 remete para um efeito médio e se for 0.50 considera-se um efeito grande.

Ao analisar as tarefas realizadas pelos participantes no segundo momento do estudo pretendeu-se comparar as diferenças entre os dois grupos relativamente à eficiência e ao desempenho. A tarefa de revisão de texto inclui, como referido anteriormente, Erros de Ortografia, de Gramática e de Formato de Texto.

Para cada uma das variáveis (Erro Ortográfico, Gramatical e Formato de Texto) foram calculados cinco indicadores: Acerto (percentagem de deteção de erro quando existe erro); Falso Alarme (percentagem de deteção de erro quando não existe erro); Precisão (medida da capacidade de discriminação de situações com erro de situações sem erro); Viés de Resposta (tendência para ser conservador, isto é, tendência geral não referir que existe erro); Eficiência da precisão (medida de eficiência baseada na precisão e no tempo).

Foi ainda adicionada uma quarta variável, denominada Item (medida global de desempenho), para a qual também foram calculados todos os indicadores acima referidos. A variável Tempo (duração da realização da tarefa) foi inserida no estudo, de forma a poder calcular a eficiência de cada participante.

Posteriormente, foi calculado o coeficiente de correlação de *Pearson* dos 21 indicadores obtidos anteriormente (4 variáveis x 5 indicadores + variável Tempo) relativamente a cada escala e subescalas de perfeccionismo. Sendo que os valores do coeficiente podem variar entre -1 e 1, foi realizada a interpretação mencionada acima.

De forma a comparar os dois grupos em estudo foi realizado o teste não-paramétrico de Mann-Whitney para amostras independentes relativamente aos 21 indicadores referidos anteriormente. O tamanho do efeito foi calculado com base nos dados alcançados, através do cálculo do coeficiente de *r*. Os valores obtidos foram interpretados com base no critério definido por Cohen (1988), mencionado anteriormente.

Assim, a análise dos resultados alcançados neste estudo encontra-se descrita no tópico seguinte.

## 4. Resultados

Neste capítulo, de acordo com os objetivos delineados previamente, será realizada a análise e a descrição dos resultados. A apresentação dos dados encontra-se organizada em quatro tópicos: em primeiro lugar, avaliar se existem diferenças significativas entre o grupo Não Perfeccionistas e o grupo Perfeccionistas relativamente aos níveis de perfeccionismo; em segundo lugar, realizar a análise inter-grupos relativamente às várias componentes do perfeccionismo; em terceiro lugar, analisar os coeficientes de correlação entre os instrumentos utilizados no estudo; e, por último, verificar se existem diferenças entre os grupos, em função da eficiência na Tarefa de Revisão de Texto.

### 4.1. Análise dos níveis de perfeccionismo

Neste parâmetro, recorrendo ao Teste *t* de Student para amostras independentes, pretendeu-se comparar as médias do grupo Não Perfeccionistas e do grupo Perfeccionistas relativamente às dimensões de perfeccionismo, avaliados pela Escala Quase Perfeita, versão reduzida (SAPS). Os dados alcançados encontram-se presentes na Tabela 2.

**Tabela 2**

*Média, Desvio-Padrão e Diferenças entre o grupo Não Perfeccionistas (N = 70) e o grupo Perfeccionistas (N = 50) na Escala Quase Perfeita, versão reduzida (SAPS)*

SAPS	Não Perfeccionistas (N = 70)		Perfeccionistas (N = 50)		<i>d</i> de Cohen	<i>t</i>	<i>p</i>
	<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>M</i>	<i>DP</i>			
<b>Subescalas</b>							
<b>Padrão</b>	18.07	3.307	23.88	1.923	-2.242	-12.106	.000***
<b>Discrepância</b>	11.16	3.574	21.50	2.384	-3.519	-19.006	.000***
<b>Total</b>	29.23	2.627	45.38	2.506	-6.266	-33.838	.000***

*Nota: M = Média; DP = Desvio-Padrão; t = Teste t de Student para amostras independentes; d de Cohen; Escala Quase Perfeita, versão reduzida (SAPS) de Rice, Richardson e Tueller (2014).*

\* *p* < .05. \*\* *p* < .01. \*\*\* *p* < .001

Os resultados obtidos na Tabela 2, tal como seria de esperar, permitem verificar diferenças estatisticamente significativas entre os dois grupos nas diferentes subescalas e no valor Total da Escala Quase Perfeita, versão reduzida (SAPS). O grupo Perfeccionistas apresenta sempre valores médios superiores.

Mais especificamente, relativamente ao resultado obtido na subescala Padrão, os dois grupos apresentaram diferenças significativas nos seus valores médios ( $t_{(113,867)} = -$

12.106;  $p < .05$ ). O grupo Perfeccionistas ( $M = 23.88$ ;  $DP = 1.923$ ) apresentou valores médios superiores ao grupo Não Perfeccionistas ( $M = 18.07$ ;  $DP = 3.307$ ), nesta subescala.

A subescala Discrepância apresentou valores médios mais elevados no grupo Perfeccionistas ( $M = 21.50$ ;  $DP = 2.384$ ) em comparação com o grupo Não Perfeccionistas ( $M = 11.16$ ;  $DP = 3.574$ ). Assim, foi possível observar a existência de diferenças significativas nas médias entre os dois grupos ( $t_{(117.523)} = -19.006$ ;  $p < .05$ ).

Também se verificou a existência de diferenças estatisticamente significativas entre o grupo Não Perfeccionistas ( $M = 29.23$ ;  $DP = 2.627$ ) e o grupo Perfeccionistas ( $M = 45.38$ ;  $DP = 2.506$ ) em relação à variável Total da Escala Quase Perfeita, versão reduzida (SAPS) ( $t_{(118)} = -33.838$ ;  $p > .05$ ).

Ao calcular a magnitude do efeito, esta mostrou ser significativamente diferente entre a subescala Padrão ( $d = -2.242$ ), a subescala Discrepância ( $d = -3.519$ ) e a variável Total ( $d = -6.266$ ).

Considerando os objetivos delineados para o presente estudo, as análises que se encontram na continuação deste capítulo serão realizadas com os participantes do segundo momento. Assim, na amostra final ( $N = 32$ ), o grupo Não Perfeccionistas é composto por 20 sujeitos e o grupo Perfeccionistas pelos restantes 12 sujeitos.

## **4.2. Análise intergrupar das várias componentes do perfeccionismo**

Recorrendo ao Teste de Mann-Whitney para amostras independentes, pretendeu-se comparar os valores médios da Escala Quase Perfeita (APS), versão completa, do Inventário das Cognitiones Perfeccionistas (PCI) e da Escala Multidimensional de Perfeccionismo (HMPS) em cada um dos grupos.

### **4.2.1. Escala Quase Perfeita (APS)**

As médias das subescalas e do valor Total da Escala Quase Perfeita (APS) relativamente ao grupo Não Perfeccionistas e ao grupo Perfeccionistas encontram-se presentes na Tabela 3.

**Tabela 3**

*Média, desvio-padrão e diferenças entre o grupo Não Perfeccionistas (N = 20) e o grupo Perfeccionistas (N = 12) em função da Escala Quase Perfeita (APS)*

APS	Não Perfeccionistas (N = 20)		Perfeccionistas (N = 12)		r de Cohen	U	p
	M	DP	M	DP			
<b>Subescalas</b>							
<b>Padrão</b>	35.55	6.581	41.42	3.988	-0.438	56.5	.013*
<b>Ordem</b>	21.25	4.756	24.17	2.329	-0.278	80.0	.116
<b>Discrepância</b>	38.25	11.456	55.75	10.593	-0.613	31.0	.001**
<b>Total</b>	95.05	10.585	121.33	10.739	-0.747	11.5	.000***

*Nota.* M = Média; DP = Desvio-Padrão; r de Cohen; U = Teste de Mann-Whitney para duas amostras independentes; Escala Quase Perfeita (APS) de Slaney, Ashby e Trippi (1995).

\*  $p < .05$ . \*\*  $p < .01$ . \*\*\*  $p < .001$ .

Em todas as dimensões analisadas os valores médios foram superiores no grupo Perfeccionistas, nomeadamente nas subescalas Padrão ( $M = 41.42$ ;  $DP = 3.988$ ), Ordem ( $M = 24.17$ ;  $DP = 2.329$ ) e Discrepância ( $M = 55.75$ ;  $DP = 10.593$ ) e na variável Total da escala ( $M = 121.33$ ;  $DP = 10.739$ ).

É possível observar diferenças estatisticamente significativas entre os dois grupos em todas as subescalas, exceto na subescala Ordem ( $U = 80$ ;  $p = .116$ ).

Relativamente às subescalas Padrão ( $U = 56.5$ ;  $p = .013$ ) e Discrepância ( $U = 31.0$ ;  $p = .001$ ) e à variável Total da escala ( $U = 11.5$ ;  $p = .000$ ) foi possível observar que existiram diferenças estatisticamente significativas entre os dois grupos.

No que diz respeito à magnitude do efeito, através da fórmula de Cohen, pôde-se observar um efeito considerado médio na subescala Padrão ( $r = -0.438$ ), um efeito pequeno na subescala Ordem ( $r = -0.278$ ), um efeito grande na subescala Discrepância ( $r = -0.613$ ) e um efeito consideravelmente grande na variável Total da escala ( $r = -0.747$ ).

#### **4.2.2. Inventário das Cognitiones Perfeccionistas (PCI)**

A análise que se segue, na Tabela 4, pretendeu verificar se entre o grupo Não Perfeccionistas e o grupo Perfeccionistas existiam diferenças significativas relativamente à componente cognitiva do perfeccionismo (Inventário das Cognitiones Perfeccionistas, PCI).

**Tabela 4**

*Média, desvio-padrão e diferenças entre o grupo Não Perfeccionistas (N = 20) e o grupo Perfeccionistas (N = 12) em função do Inventário das Cognições Perfeccionistas (PCI)*

PCI	Não Perfeccionistas (N = 20)		Perfeccionistas (N = 12)		r de Cohen	U	p
	M	DP	M	DP			
<b>Total</b>	54.700	15.166	76.750	12.927	-0.627	29.0	.000***

*Nota.* M = Média; DP = Desvio-Padrão; r de Cohen; U = Teste de Mann-Whitney para duas amostras independentes; Inventário das Cognições Perfeccionistas (PCI) de Flett, Hewitt, Blankstein e Gary (1998).

\*  $p < .05$ . \*\*  $p < .01$ . \*\*\*  $p < .001$ .

A partir dos resultados obtidos, foi possível observar que existiram diferenças estatisticamente significativas entre os dois grupos relativamente à variável Total do inventário ( $U = 29.0$ ;  $p = .000$ ).

O grupo Perfeccionistas apresentou uma média superior ( $M = 76.75$ ;  $DP = 12.927$ ) relativamente ao grupo Não Perfeccionistas ( $M = 54.7$ ;  $DP = 15.166$ ).

Por fim, no que respeita ao tamanho do efeito, pôde-se considerar a presença de um efeito consideravelmente elevado ( $r = -0.627$ ).

#### 4.2.3. Escala Multidimensional de Perfeccionismo (HMPS)

Seguidamente, na Tabela 5, pretendeu-se comparar os resultados do grupo Não Perfeccionistas com os do grupo Perfeccionistas relativamente às subescalas e ao valor Total da Escala Multidimensional de Perfeccionismo (HMPS).

**Tabela 5**

*Média, desvio-padrão e diferenças entre o grupo Não Perfeccionistas (N = 12) e o grupo Perfeccionistas (N = 9) em função da Escala Multidimensional de Perfeccionismo (HMPS)*

HMPS	Não Perfeccionistas (N = 12)		Perfeccionistas (N = 9)		r de Cohen	U	p
	M	DP	M	DP			
<b>PAO</b>	61.33	15.576	96.33	7.533	-0.648	2.5	.000***
<b>PSP</b>	38.75	12.337	48.11	12.474	-0.290	31.0	.101
<b>POO</b>	40.67	10.021	45.56	6.747	-0.214	37.0	.226
<b>Total</b>	154.17	30.298	206.11	17.157	-0.578	8.0	.001**

*Nota.* M = Média; DP = Desvio-Padrão; r de Cohen; U = Teste de Mann-Whitney para duas amostras independentes; Escala Multidimensional de Perfeccionismo (HMPS) de Hewitt e Flett (1991). PAO = Perfeccionismo Auto-Orientado; PSP = Perfeccionismo Socialmente Prescrito; POO = Perfeccionismo Orientado para os Outros.

\*  $p < .05$ . \*\*  $p < .01$ . \*\*\*  $p < .001$ .

Na tabela apresentada anteriormente podemos notar que, apesar dos valores médios terem sido superiores no grupo Perfeccionistas em todas as dimensões de Perfeccionismo analisadas, nomeadamente na dimensão Perfeccionismo Auto-Orientado (PAO) ( $M = 96.33$ ;  $DP = 7.533$ ), Perfeccionismo Socialmente Prescrito (PSP) ( $M = 48.11$ ;  $DP = 12.474$ ), Perfeccionismo Orientado para os Outros (POO) ( $M = 45.56$ ;  $DP = 6.747$ ) e Total da escala ( $M = 206.11$ ;  $DP = 17.157$ ), não se verificaram diferenças significativas entre os dois grupos em todas as dimensões desta medida de perfeccionismo.

Por um lado, verificaram-se diferenças estatisticamente significativas entre os dois grupos na subescala Perfeccionismo Auto-Orientado (PAO) ( $U = 2.5$ ;  $p = .000$ ) e na variável Total da escala ( $U = 8.0$ ;  $p = .001$ ). Por outro lado, não se observaram diferenças significativas entre o grupo Não Perfeccionistas e o grupo Perfeccionistas nas subescalas Perfeccionismo Socialmente Prescrito (PSP) e Perfeccionismo Orientado para os Outros (POO).

No que respeita ao tamanho do efeito, obteve-se um efeito grande na subescala Perfeccionismo Auto-Orientado (PAO) ( $r = -0.648$ ) e na variável Total ( $r = -0.578$ ). Relativamente à subescala Perfeccionismo Socialmente Prescrito (PSP) ( $r = -0.290$ ) e à subescala Perfeccionismo Orientado para os Outros (POO) ( $r = -0.214$ ) pôde-se verificar a presença de um efeito pequeno.

### 4.3. Relação entre medidas de perfeccionismo

Com recurso ao coeficiente de correlação de *Pearson* pretendeu-se observar as relações entre as várias dimensões de perfeccionismo.

Através da análise da Tabela 6, onde se encontram apresentados os coeficientes de correlações de *Pearson* entre a Escala Quase Perfeita (APS) e o Inventário das Cognições Perfeccionistas (PCI), pretendeu-se verificar se existiam relações significativas entre as duas medidas de perfeccionismo.

**Tabela 6**

*Correlação entre as Dimensões da Escala Quase Perfeita (APS) e as Dimensões do Inventário das Cognições Perfeccionistas (PCI) (N = 32)*

APS	PCI
Subescalas	Total
Padrão	.334

<b>Ordem</b>	.365*
<b>Discrepância</b>	.554**
<b>Total</b>	.685**

Nota.  $N = 32$ . Escala Quase Perfeita (APS) de Slaney, Ashby e Trippi (1995); Inventário das Cognições Perfeccionistas (PCI) de Flett, Hewitt, Blankstein e Gary (1998). Assinalam-se as correlações moderadas e estatisticamente significativas.

\*  $p < .05$ ; \*\*  $p < .01$ ; \*\*\*  $p < .001$ .

Ao analisar os coeficientes de correlação entre a Escala Quase Perfeita (APS) e o Inventário das Cognições Perfeccionistas (PCI) foi evidente a presença de apenas duas relações estatisticamente muito significativas.

A subescala Ordem (APS) relacionou-se positiva, fraca e significativamente com o valor total obtido no Inventário das Cognições Perfeccionistas (PCI) ( $r_s = .365$ ;  $p = .040$ ).

A subescala Discrepância (APS) apresentou uma relação positiva e moderada com o valor Total do Inventário das Cognições Perfeccionistas (PCI) ( $r_s = .554$ ;  $p = .001$ ). E, por fim, a relação entre o valor Total das duas também demonstrou ser significativa, positiva e forte ( $r_s = .685$ ;  $p = .000$ ).

Por outro lado, a subescala Padrão (APS) apresentou uma relação positiva, fraca e não significativa com o valor Total obtido no Inventário das Cognições Perfeccionistas (PCI) ( $r_s = .334$ ;  $p = .062$ ).

Foram igualmente realizadas as análises dos coeficientes de correlação de *Pearson* entre as restantes medidas em estudo. No entanto, como nenhum dos valores se revelou estatisticamente significativo, optou-se por não incluir a sua exposição.

#### **4.4. Tarefa de Revisão de Texto**

Por fim, as tarefas realizadas pelos participantes foram analisadas de modo a comparar o desempenho absoluto e o desempenho relativo (eficiência) do grupo Não Perfeccionistas e do grupo Perfeccionistas, aquando a realização da prova.

##### **4.4.1. Análise intergrupar dos indicadores de desempenho**

Com recurso ao Teste de Mann-Whitney para amostras independentes, pretendeu-se comparar os valores médios da variável Tempo e dos indicadores das variáveis Erro Ortográfico (O), Erro Gramatical (G), Erro de Formato de Texto (T) e da variável Item (medida global de desempenho) para cada um dos grupos.

Os valores médios da variável Tempo foram analisados tendo em consideração os dois grupos em estudo, como é possível observar na Tabela 7, de forma a compreender se existem diferenças estatisticamente significativas entre ambos.

**Tabela 7**

*Média, Desvio-Padrão e Diferenças entre o grupo Não Perfeccionistas (N = 20) e o grupo Perfeccionistas (N = 12) na variável Tempo*

Variável	Não Perfeccionistas (N = 20)		Perfeccionistas (N = 12)		r de Cohen	U	p
	M	DP	M	DP			
<b>Tempo</b>	1080.78	337.56	1138.75	341.60	-0.103	105.0	.559

*Nota.* M = Média; DP = Desvio-Padrão; r de Cohen; U = Teste de Mann-Whitney para duas amostras independentes; Tempo = tempo (em segundos) que demorou a concluir a Tarefa de Revisão de Texto.

\*  $p < .05$ . \*\*  $p < .01$ . \*\*\*  $p < .001$ .

De acordo com os dados alcançados, foi possível observar que não existiram diferenças estatisticamente significativas entre o grupo Não Perfeccionistas e o grupo Perfeccionistas relativamente à variável Tempo ( $U = 105.0$ ;  $p = .559$ ).

Contudo, no que diz respeito aos valores médios, o grupo Não Perfeccionistas ( $M = 1080.78$ ;  $DP = 337.56$ ) apresentou valores substancialmente inferiores relativamente ao grupo Perfeccionistas ( $M = 1138.75$ ;  $DP = 341.60$ ).

Considerando o tamanho do efeito, pôde-se constatar a presença de um efeito consideravelmente pequeno ( $r = -0.103$ ).

De seguida, na Tabela 8, encontram-se descritos os valores médios dos indicadores da variável Erro Ortográfico (O) com o intuito de verificar se existem diferenças estatisticamente significativas entre o grupo Não Perfeccionistas e o grupo Perfeccionistas.

**Tabela 8**

*Média, Desvio-Padrão e Diferenças entre o grupo Não Perfeccionistas (N = 20) e o grupo Perfeccionistas (N = 12) nos indicadores da variável Erro Ortográfico (O)*

Erro O	Não Perfeccionistas (N = 20)		Perfeccionistas (N = 12)		r de Cohen	U	p
	M	DP	M	DP			
<b>Acerto</b>	0.5068	0.228	0.6014	0.118	-0.169	95.5	.339
<b>Falso Alarme</b>	0.0285	0.021	0.0441	0.041	-0.114	103.5	.518
<b>Precisão</b>	2.0249	0.644	2.1387	0.381	-0.131	101.0	.459
<b>VResposta</b>	0.9867	0.378	0.8037	0.348	-0.241	85.0	.173

<b>EPrecisão</b>	1.4769	1.143	1.2856	0.372	-0.062	111.0	.726
------------------	--------	-------	--------	-------	--------	-------	------

*Nota.* *M* = Média; *DP* = Desvio-Padrão; *r* de Cohen; *U* = Teste de Mann-Whitney para duas amostras independentes; Erro O = erro ortográfico presente na tarefa de revisão de texto. Acerto = percentagem de deteção de erro quando existe erro. Falso Alarme = percentagem de deteção de erro quando não existe erro. Precisão = medida da capacidade de discriminação de situações com erro de situações sem erro. VResposta (Viés de Resposta) = tendência para ser conservador, i.e., referir que não existe erro. EPrecisão (Eficiência de precisão) = medida de eficiência baseada na precisão.

\*  $p < .05$ . \*\*  $p < .01$ . \*\*\*  $p < .001$ .

Não foi possível observar diferenças estatisticamente significativas entre o grupo Não Perfeccionistas e o grupo Perfeccionistas relativamente a nenhum dos indicadores da variável Erro Ortográfico (O).

Por outro lado, pode-se verificar-se que os valores médios foram superiores no grupo Perfeccionistas nos indicadores Viés de Resposta ( $M = 0.9867$ ;  $DP = 0.378$ ) e Eficiência da Precisão ( $M = 1.4769$ ;  $DP = 1.143$ ).

No que respeita ao tamanho do efeito, obteve-se um efeito pequeno em todos os indicadores da variável Erro Ortográfico (O), como por exemplo no indicador Falso Alarme ( $r = -0.114$ ) e no indicador Eficiência da Precisão ( $r = -0.062$ ).

Com base na Tabela 9, apresentada de seguida, pode-se comparar os valores médios dos indicadores da variável Erro de Gramática (G) entre os dois grupos em estudo.

**Tabela 9**

*Média, Desvio-Padrão e Diferenças entre o grupo Não Perfeccionistas ( $N = 20$ ) e o grupo Perfeccionistas ( $N = 12$ ) nos indicadores da variável Erro de Gramática (G)*

<b>Erro G</b>	<b>Não Perfeccionistas (<math>N = 20</math>)</b>		<b>Perfeccionistas (<math>N = 12</math>)</b>		<b><i>r</i> de Cohen</b>	<b><i>U</i></b>	<b><i>p</i></b>
	<b><i>M</i></b>	<b><i>DP</i></b>	<b><i>M</i></b>	<b><i>DP</i></b>			
<b>Acerto</b>	0.4562	0.191	0.3799	0.122	-0.264	82.0	.136
<b>Falso Alarme</b>	0.0330	0.030	0.0247	0.023	-0.197	91.5	.264
<b>Precisão</b>	1.8238	0.630	1.7424	0.374	-0.062	111.0	.726
<b>VResposta</b>	1.0450	0.337	1.2005	0.290	-0.234	86.0	.185
<b>EPrecisão</b>	1.4013	0.844	1.122	0.308	-0.055	112.000	.755

*Nota.* *M* = Média; *DP* = Desvio-Padrão; *r* de Cohen; *U* = Teste de Mann-Whitney para duas amostras independentes; Erro G = erro gramática presente na tarefa de revisão de texto. Acerto = percentagem de deteção de erro quando existe erro. Falso Alarme = percentagem de deteção de erro quando não existe erro. Precisão = medida da capacidade de discriminação de situações com erro de situações sem erro. VResposta (Viés de Resposta) = tendência para ser conservador, i.e., referir que não existe erro. EPrecisão (Eficiência de precisão) = medida de eficiência baseada na precisão.

\*  $p < .05$ . \*\*  $p < .01$ . \*\*\*  $p < .001$ .

Não foi possível observar diferenças estatisticamente significativas entre o grupo Não Perfeccionistas e o grupo Perfeccionistas relativamente aos indicadores da variável Erro de Gramática (G).

No entanto, de uma maneira geral, os valores médios do grupo Não Perfeccionistas aparentaram ser superiores relativamente aos valores médios do grupo Perfeccionistas, como por exemplo no indicador Acerto ( $M = 0.4562$ ;  $DP = 0.191$ ) ou no indicador Precisão ( $M = 1.8238$ ;  $DP = 0.630$ ).

Relativamente à magnitude do efeito, obteve-se um efeito pequeno em todos os indicadores da variável Erro de Gramática (G), como por exemplo no indicador Precisão ( $r = -0.062$ ) ou no indicador Viés de Resposta ( $r = -0.234$ ).

Os valores médios dos indicadores da variável Erro de Formato de Texto (T) encontram-se descritos na Tabela 10, de forma a comparar os valores médios de ambos os grupos.

**Tabela 10**

*Média, Desvio-Padrão e Diferenças entre o grupo Não Perfeccionistas ( $N = 20$ ) e o grupo Perfeccionistas ( $N = 12$ ) nos indicadores da variável **Erro de Formato de Texto (T)***

Erro T	Não Perfeccionistas ( $N = 20$ )		Perfeccionistas ( $N = 12$ )		<i>r</i> de Cohen	<i>U</i>	<i>p</i>
	<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>M</i>	<i>DP</i>			
<b>Acerto</b>	0.8162	0.214	0.7938	0.196	-0.174	95.0	.324
<b>Falso Alarme</b>	0.0281	0.038	0.0445	0.062	0	120.0	1.000
<b>Precisão</b>	3.2097	1.026	2.9813	0.874	-0.207	90.0	0.242
<b>VResposta</b>	0.4814	0.361	0.4783	0.476	0	120.0	1.000
<b>EPrecisão</b>	1.7509	0.746	1.5483	0.626	-0.158	97.0	0.371

*Nota.* *M* = Média; *DP* = Desvio-Padrão; *r* de Cohen; *U* = Teste de Mann-Whitney para duas amostras independentes; Erro T = erro de formato de texto presente na tarefa de revisão de texto. Acerto = percentagem de deteção de erro quando existe erro. Falso Alarme = percentagem de deteção de erro quando não existe erro. Precisão = medida da capacidade de discriminação de situações com erro de situações sem erro. VResposta (Viés de Resposta) = tendência para ser conservador, i.e., referir que não existe erro. EPrecisão (Eficiência de precisão) = medida de eficiência baseada na precisão.

\*  $p < .05$ . \*\*  $p < .01$ . \*\*\*  $p < .001$ .

Mais uma vez, não foi possível observar diferenças estatisticamente significativas entre o grupo Não Perfeccionistas e o grupo Perfeccionistas relativamente aos indicadores da variável Erro de Formato de Texto (T).

Contudo, de forma geral, o grupo Não Perfeccionistas apresentou valores médios superiores em relação ao grupo Perfeccionistas. Por exemplo, o indicador Acerto ( $M = 0.8162$ ;  $DP = 0.214$ ) e o indicador Precisão ( $M = 3.2097$ ;  $DP = 1.026$ ).

Observando a magnitude do efeito dos dados alcançados, verificou-se um efeito pequeno em todos os indicadores da variável Erro de Formato de Texto (T), como por exemplo no indicador Acerto ( $r = -0.174$ ) e Precisão ( $r = -0.207$ ).

Por fim, também os valores médios dos indicadores da variável Item se encontram na Tabela 11, com o intuito de comparar os dois grupos.

**Tabela 11**

*Média, Desvio-Padrão e Diferenças entre o grupo Não Perfeccionistas (N = 20) e o grupo Perfeccionistas (N = 12) nos indicadores da variável Item*

Item	Não Perfeccionistas (N = 20)		Perfeccionistas (N = 12)		r de Cohen	U	p
	M	DP	M	DP			
<b>Acerto</b>	0.6790	0.137	0.6671	0.109	-0.066	110.5	.710
<b>Falso Alarme</b>	0.0573	0.057	0.0730	0.069	-0.090	107.0	.610
<b>Precisão</b>	2.2384	0.671	2.0719	0.548	-0.210	89.5	.235
<b>VResposta</b>	0.6281	0.270	0.5875	0.313	-0.052	112.5	.770
<b>EPrecisão</b>	1.7970	1.030	1.4869	0.531	-0.117	103.0	.508

*Nota.* M = Média; DP = Desvio-Padrão; r de Cohen; U = Teste de Mann-Whitney para duas amostras independentes; Item = medida global de desempenho. Acerto = porcentagem de detecção de erro quando existe erro. Falso Alarme = porcentagem de detecção de erro quando não existe erro. Precisão = medida da capacidade de discriminação de situações com erro de situações sem erro. VResposta (Viés de Resposta) = tendência para ser conservador, i.e., referir que não existe erro. EPrecisão (Eficiência de precisão) = medida de eficiência baseada na precisão.

\*  $p < .05$ . \*\*  $p < .01$ . \*\*\*  $p < .001$ .

Não foi possível observar diferenças estatisticamente significativas entre o grupo Não Perfeccionistas e o grupo Perfeccionistas relativamente aos indicadores da variável Item.

De forma geral, o grupo Não Perfeccionistas apresentou valores médios superiores em relação ao grupo Perfeccionistas. Por exemplo, o indicador Precisão ( $M = 2.2384$ ;  $DP = 0.671$ ) ou o indicador Eficiência da Precisão ( $M = 1.7970$ ;  $DP = 1.030$ ).

Observando a magnitude do efeito dos dados alcançados, verificou-se um efeito pequeno em todos os indicadores da variável Item, como por exemplo nos indicadores Acerto ( $r = -0.066$ ) e Viés de Resposta ( $r = -0.052$ ).

#### 4.4.2. Relação entre os indicadores de desempenho e as medidas de perfeccionismo

De seguida, encontraram-se descritos os coeficientes de correlação de *Pearson* entre a variável Tempo, os cinco indicadores das variáveis Erro Ortográfico (O), Erro Gramatical (G), Erro de Formato de Texto (T), variável Item (medida global de desempenho) e as várias dimensões de perfeccionismo em análise neste estudo.

Com base na Tabela 12, apresentada de seguida, procedeu-se à leitura das relações entre a variável Tempo e a Escala Quase Perfeita (APS), o Inventário das Cognições Perfeccionistas (PCI) e a Escala Multidimensional do Perfeccionismo (HMPS).

**Tabela 12**

*Correlação entre a variável Tempo e a Escala Quase Perfeita (APS), o Inventário das Cognições Perfeccionistas (PCI) e a Escala Multidimensional do Perfeccionismo (HMPS)*

	APS			PCI		HMPS			
	P	O	D	Total	Total	PAO	PSP	POO	Total
<b>Tempo</b>	.260	.039	.077	.174	.133	<b>.480*</b>	.184	.305	<b>.448*</b>

*Nota.*  $N = 32$ . Tempo = tempo (em segundos) que demorou a concluir a Tarefa de Revisão de Texto. Escala Quase Perfeita (APS) de Slaney, Ashby e Trippi (1995); P = Padrão; O = Ordem; D = Discrepância; Total APS = Valor total de perfeccionismo avaliado pela APS. Inventário das Cognições Perfeccionistas (PCI) de Flett, Hewitt, Blankstein e Gary (1998); Total PCI = Valor total de perfeccionismo avaliado pelo PCI. Escala Multidimensional de Perfeccionismo (HMPS) de Hewitt e Flett (1991); PAO = Perfeccionismo Auto-Orientado; PSP = Perfeccionismo Socialmente Prescrito; POO = Perfeccionismo Orientado para os Outros; Total HMPS = Valor total de perfeccionismo avaliado pela HMPS. Assinalam-se as correlações moderadas e estatisticamente significativas.

\*  $p < .05$ ; \*\*  $p < .01$ ; \*\*\*  $p < .001$ .

Ao analisar os coeficientes de correlação entre a variável Tempo e as várias subescalas das medidas de perfeccionismo, é possível verificar que existe uma relação positiva, moderada e estatisticamente significativa entre o Tempo e a subescala Perfeccionismo Auto-Orientado (PAO) ( $r_s = .480$ ;  $p = .028$ ) e com o valor Total da escala ( $r_s = .448$ ;  $p = .042$ ).

No entanto, nenhuma das outras relações entre a variável Tempo e as restantes subescalas das medidas de perfeccionismo se mostraram positivas.

Na Tabela 13, encontraram-se os coeficientes de correlação entre os indicadores da variável Erro Ortográfico (O) e a Escala Quase Perfeita (APS), o Inventário das Cognições Perfeccionistas (PCI) e a Escala Multidimensional do Perfeccionismo (HMPS).

**Tabela 13**

*Correlação entre a variável Erro Ortográfico (O) e a Escala Quase Perfeita (APS), o Inventário das Cognições Perfeccionistas (PCI) e a Escala Multidimensional do Perfeccionismo (HMPS)*

Erro O	APS			PCI		HMPS			
	P	O	D	Total	Total	PAO	PSP	POO	Total
<b>Acerto</b>	.322°	.284	.160	.329°	.078	.164	.309	-.016	.202
<b>FAlarme</b>	.203	.261	.219	.327°	<b>.435*</b>	<b>.442*</b>	.329	.330	<b>.480*</b>
<b>Precisão</b>	.160	.086	.073	.144	-.239	-.179	.037	-.253	-.172
<b>VResposta</b>	-.335°	-.341°	-.165	<b>-.353*</b>	-.266	-.368	-.406°	-.167	-.415°
<b>EPrecisão</b>	-.074	.014	-.057	-.073	<b>-.377*</b>	<b>-.451*</b>	-.067	-.362	-.407°

*Nota.* N = 32. Erro O = erro ortográfico presente na tarefa de revisão de texto. Acerto = percentagem de deteção de erro quando existe erro. FAlarme (Falso Alarme) = percentagem de deteção de erro quando não existe erro. Precisão = medida da capacidade de discriminação de situações com erro de situações sem erro. VResposta (Viés de Resposta) = tendência para ser conservador, i.e., referir que não existe erro. EPrecisão (Eficiência de precisão) = medida de eficiência baseada na precisão. Escala Quase Perfeita (APS) de Slaney, Ashby e Trippi (1995); P = Padrão; O = Ordem; D = Discrepância; Total APS = Valor total de perfeccionismo avaliado pela APS. Inventário das Cognições Perfeccionistas (PCI) de Flett, Hewitt, Blankstein e Gary (1998); Total PCI = Valor total de perfeccionismo avaliado pelo PCI. Escala Multidimensional de Perfeccionismo (HMPS) de Hewitt e Flett (1991); PAO = Perfeccionismo Auto-Orientado; PSP = Perfeccionismo Socialmente Prescrito; POO = Perfeccionismo Orientado para os Outros; Total HMPS = Valor total de perfeccionismo avaliado pela HMPS. Assinalam-se as correlações moderadas e estatisticamente significativas.

\*  $p < .05$ ; \*\*  $p < .01$ ; \*\*\*  $p < .001$ .

°  $p < 0.1$ .

De acordo com os dados obtidos, foram observados coeficientes de correlação estatisticamente significativos entre os indicadores da variável Erro Ortográfico e a Escala Quase Perfeita (APS), nomeadamente entre o indicador Viés de Resposta e a variável Total da escala ( $r_s = -.353$ ;  $p = .048$ ) que demonstrou ser uma relação negativa e fraca.

Como foi possível verificar na tabela, existiram duas relações significativas entre os indicadores da variável Erro Ortográfico e o Inventário das Cognições Perfeccionistas (PCI), nomeadamente entre o indicador Falso Alarme e a variável Total da escala ( $r_s = .435$ ;  $p = .013$ ) que demonstrou ser positiva e moderada, e entre o indicador Eficiência da Precisão e a variável Total da escala ( $r_s = -.377$ ;  $p = .037$ ) que mostrou ser negativa e fraca.

A relação entre os indicadores da variável Erro Ortográfico e a Escala Multidimensional de Perfeccionismo (HMPS) mostrou ser positiva, moderada e significativa entre o indicador Falso Alarme e a subescala Perfeccionismo Auto-Orientado (PAO) ( $r_s = .442$ ;  $p = .045$ ) e a variável Total da escala ( $r_s = .480$ ;  $p = .028$ ). O indicador Eficiência da Precisão mostrou ter uma relação negativa, moderada e significativa com a subescala Perfeccionismo Auto-Orientado (PAO) ( $r_s = -.451$ ;  $p = .040$ ).

Relativamente às relações marginalmente significativas, o indicador Acerto também revelou apresentar uma relação positiva e fraca com a subescala Padrão (APS) ( $r_s = .322$ ;  $p = .072$ ) e com a variável Total da Escala Quase Perfeita (APS) ( $r_s = .329$ ;  $p = .066$ ). A relação entre o indicador Falso Alarme e a variável Total da Escala Quase Perfeita (APS) ( $r_s = .327$ ;  $p = .068$ ) também demonstrou ser positiva e fraca. Por outro lado, o Viés de Resposta relaciona-se negativamente e de modo fraco com as subescalas Padrão ( $r_s = -.335$ ;  $p = .061$ ) e Ordem ( $r_s = -.341$ ;  $p = .057$ ).

A relação entre o Viés de Resposta e a subescala Perfeccionismo Socialmente Prescrito (PSP) ( $r_s = -.406$ ;  $p = .068$ ) e a variável Total da Escala Multidimensional de Perfeccionismo (HMPS) ( $r_s = -.415$ ;  $p = .062$ ) também demonstrou ser negativa e moderada. O indicador Eficiência da Precisão apresentou uma relação negativa e moderada com o valor Total da Escala Multidimensional de Perfeccionismo (HMPS) ( $r_s = -.407$ ;  $p = .067$ ).

As restantes relações entre os indicadores da variável Erro Ortográfico (O) e as várias medidas de perfeccionismo não mostraram ser significativas.

De seguida, foram analisadas as relações entre os indicadores da variável Erro Gramatical (G) e a Escala Quase Perfeita (APS), o Inventário das Cognitiones Perfeccionistas (PCI) e a Escala Multidimensional do Perfeccionismo (HMPS).

De acordo com os coeficientes de correlação alcançados, não foram observáveis relações estatisticamente significativas entre os indicadores da variável Erro Gramatical (G) e a Escala Quase Perfeita (APS) e entre os indicadores da variável Erro Gramatical (G) e o Inventário das Cognitiones Perfeccionistas (PCI).

Por outro lado, os coeficientes de correlação entre os indicadores da variável Erro Gramatical e a Escala Multidimensional de Perfeccionismo (HMPS) mostraram a presença de algumas relações significativas. O indicador Eficiência da Precisão apresentou uma relação negativa, moderada e significativa com a subescala Perfeccionismo Auto-Orientado (PAO) ( $r_s = -.451$ ;  $p = .040$ ) e com a variável total da Escala Multidimensional de Perfeccionismo (HMPS) ( $r_s = -.454$ ;  $p = .039$ ).

Posteriormente, as relações entre os indicadores da variável Erro de Formato de Texto (T) e a Escala Quase Perfeita (APS), o Inventário das Cognitiones Perfeccionistas (PCI) e a Escala Multidimensional do Perfeccionismo (HMPS) também foram analisadas.

Ao observar os coeficientes de correlação referidos, foi possível concluir que não existiram relações estatisticamente significativas entre os indicadores da variável Erro de Formato de Texto (T) e a Escala Quase Perfeita (APS), assim como entre os indicadores da variável Erro de Formato de Texto (T) e o Inventário das Cognições Perfeccionistas (PCI). Da mesma forma, não existem relações significativas relativamente à Escala Multidimensional de Perfeccionismo (HMPS)

Por fim, presentes na Tabela 14, encontram-se os coeficientes de correlação entre os indicadores da variável Item (medida global de desempenho) e a Escala Quase Perfeita (APS), o Inventário das Cognições Perfeccionistas (PCI) e a Escala Multidimensional do Perfeccionismo (HMPS).

**Tabela 14**

*Correlação entre a variável **Item** e a Escala Quase Perfeita (APS), o Inventário das Cognições Perfeccionistas (PCI) e a Escala Multidimensional do Perfeccionismo (HMPS)*

Item	APS				PCI		HMPS		
	P	O	D	Total	Total	PAO	PSP	POO	Total
<b>Acerto</b>	.249	-.051	-.099	.000	.032	.099	.248	.107	.161
<b>FAlarme</b>	.226	.188	.053	.178	.197	.091	.027	-.006	.109
<b>Precisão</b>	-.055	-.194	-.082	-.139	-.146	-.061	.097	.003	-.043
<b>VResposta</b>	<b>-.380*</b>	-.174	.044	-.153	-.205	-.237	-.225	-.127	-.298
<b>EPrecisão</b>	-.174	-.145	-.105	-.192	-.295	-.410 <sup>o</sup>	-.055	-.203	-.357

*Nota.*  $N = 32$ . Item = medida global de desempenho. Acerto = percentagem de deteção de erro quando existe erro. FAlarme (Falso Alarme) = percentagem de deteção de erro quando não existe erro. Precisão = medida da capacidade de discriminação de situações com erro de situações sem erro. VResposta (Viés de Resposta) = tendência para ser conservador, i.e., referir que não existe erro. EPrecisão (Eficiência de precisão) = medida de eficiência baseada na precisão. Escala Quase Perfeita (APS) de Slaney, Ashby e Trippi (1995); P = Padrão; O = Ordem; D = Discrepância; Total APS = Valor total de perfeccionismo avaliado pela APS. Inventário das Cognições Perfeccionistas (PCI) de Flett, Hewitt, Blankstein e Gary (1998); Total PCI = Valor total de perfeccionismo avaliado pelo PCI. Escala Multidimensional de Perfeccionismo (HMPS) de Hewitt e Flett (1991); PAO = Perfeccionismo Auto-Orientado; PSP = Perfeccionismo Socialmente Prescrito; POO = Perfeccionismo Orientado para os Outros; Total HMPS = Valor total de perfeccionismo avaliado pela HMPS. Assinalam-se as correlações moderadas e estatisticamente significativas.

\*  $p < .05$ ; \*\*  $p < .01$ ; \*\*\*  $p < .001$ .

<sup>o</sup>  $p < 0.1$ .

Ao observar os coeficientes de correlação descritos, foi possível observar que existiu apenas uma relação significativa entre um dos indicadores da variável Item, o Viés de Resposta, e a subescala Padrão (APS) ( $r_s = -.380$ ;  $p = .032$ ). Esta relação demonstrou ser negativa e fraca, contudo estatisticamente significativa.

Relativamente aos restantes coeficientes de correlação entre os indicadores da variável Item e a Escala Quase Perfeita (APS) não foram observáveis outras relações significativas. Os vários indicadores da variável Item não apresentaram qualquer relação estatisticamente significativa com o Inventário das Cognições Perfeccionistas (PCI).

Por outro lado, apenas um indicador da variável Item (Eficiência da Precisão) mostrou apresentar uma relação marginalmente significativa com a subescala Perfeccionismo Auto-Orientado (PAO) ( $r_s = -.410$ ;  $p = .065$ ) da Escala Multidimensional de Perfeccionismo (HMPS), sendo esta relação negativa e moderada.

Assim, os resultados analisados até ao momento serão discutidos de seguida.

## 5. Discussão

A presente investigação tem como principal objetivo compreender de que forma as cognições perfeccionistas influenciam o desempenho numa Tarefa de Revisão de Texto, numa amostra de jovens adultos universitários.

Neste parâmetro serão analisados e discutidos, em linhas gerais, os resultados provenientes da presente investigação com o intuito de responder aos objetivos delineados previamente.

Ao considerar a análise de fidelidade dos instrumentos utilizados para a amostra do estudo verificou-se que todas as medidas obtiveram valores de consistência interna muito próximos dos valores apresentados nos estudos originais.

A consistência interna da Escala Quase Perfeita (APS) foi aceitável uma vez que os coeficientes das subescalas Padrão, Ordem e Discrepância foram .8, .8 e .9, respetivamente. Considerando que os valores da versão original da escala (Slaney et al., 2001) remetiam para coeficientes de .85 na subescala Padrão, .82 na subescala Ordem e .91 na subescala Discrepância, os coeficientes de estrutura das três dimensões foram muito semelhantes no presente estudo.

O Inventário das Cognições Perfeccionistas (PCI, Flett et al., 1998) também demonstrou apresentar bons indicadores de fiabilidade, uma vez que o seu coeficiente foi de .9 para o total da escala. Neste sentido, comparando com o valor da versão original da escala, a aplicabilidade desta medida mostrou ser confiável.

Do mesmo modo, a Escala Multidimensional de Perfeccionismo (HMPS, Hewitt & Flett, 1991) apresentou coeficientes de estrutura para as suas três dimensões, Perfeccionismo Auto-Orientado (PAO), Perfeccionismo Socialmente Prescrito (PSP) e Perfeccionismo Orientado para os Outros (POO), de .9, .9 e .8, respetivamente. Sendo que o total da escala também apresentou um bom indicador de fidelidade ( $\alpha = .9$ ), esta medida demonstrou uma consistência interna aceitável no presente estudo.

A análise das características sociodemográficas do grupo Não Perfeccionistas e do grupo Perfeccionistas não revelou diferenças estatisticamente significativas. Assim, podemos considerar que as amostras são homogéneas e é possível afirmar que possíveis diferenças entre os dois grupos nas variáveis psicológicas em estudo não se devem às características sociodemográficas.

Neste tópico, de acordo com a literatura, seria de esperar que existissem diferenças entre os dois grupos quanto ao rendimento escolar. O grupo Perfeccionistas, por apresentar

níveis elevados de perfeccionismo, é caracterizado pelo estabelecimento de padrões de desempenho excessivamente elevados (Stoeber, 2018) e pelo esforço em alcançar a perfeição (Stoeber & Otto, 2006). Deste modo, esperava-se que os sujeitos Perfeccionistas tivessem um melhor rendimento escolar comparativamente aos sujeitos Não Perfeccionistas.

No primeiro momento do estudo, todos os participantes da amostra total preencheram a Escala Quase Perfeita, versão reduzida (SAPS), com o objetivo de discriminar os sujeitos com altos e baixos níveis de perfeccionismo. Como seria de esperar, uma vez que a amostra foi dividida segundo esta medida de perfeccionismo, os dois grupos Não Perfeccionistas e Perfeccionistas apresentaram diferenças significativas nos níveis de perfeccionismo. Assim, pode-se concluir que estas diferenças são um indicador que esta medida distingue sujeitos Perfeccionistas de sujeitos Não Perfeccionistas.

No segundo momento, os sujeitos que aceitaram colaborar na realização da Tarefa ( $N = 32$ ) preencheram uma versão longa da Escala Quase Perfeita (APS), a Escala Multidimensional de Perfeccionismo (HMPS) e o Inventário das Crenças Perfeccionistas (PCI). Com o intuito de melhor compreender e caracterizar a componente comportamental e a componente cognitiva do perfeccionismo, foram realizadas as análises intergrupais.

Ao analisar os níveis de perfeccionismo dos participantes puderam observar-se diferenças estatisticamente significativas entre o grupo Não Perfeccionistas e o grupo Perfeccionistas nas subescalas Padrão e Discrepância e ainda na variável Total da escala. Sendo que a subescala Padrão mede os elevados Padrões pessoais de desempenho e de realização (Slaney et al., 2001) e considerando que o grupo Perfeccionistas obteve valores médios superiores, tal como esperado, os sujeitos Perfeccionistas apresentaram Padrões pessoais de desempenho e de realização superiores aos sujeitos Não Perfeccionistas. A subescala Discrepância, que mede a percepção da Discrepância que os sujeitos têm de si mesmos (Slaney et al., 2001), também apresentou valores médios superiores no grupo Perfeccionistas o que remete para a conclusão que os sujeitos Perfeccionistas apresentam uma maior percepção da Discrepância entre os seus Padrões pessoais estabelecidos e a sua capacidade de alcançar esses padrões. O grupo Perfeccionistas também apresentou níveis globais mais elevados de perfeccionismo relativamente ao grupo Não Perfeccionistas, como seria de esperar.

Por outro lado, a subescala Ordem, que mede a preferência dos sujeitos por organização, ordem e limpeza (Slaney et al., 2001), obteve valores que permitiram concluir que não se verificaram diferenças entre o grupo Não Perfeccionistas e o grupo Perfeccionistas.

Relativamente ao Perfeccionismo Geral, foram verificadas diferenças estatisticamente significativas na subescala Perfeccionismo Auto-Orientado (PAO) e na variável total da escala entre o grupo Não Perfeccionistas e o grupo Perfeccionistas. A subescala Perfeccionismo Auto-Orientado (PAO) mede a tendência do sujeito para estabelecer para si mesmo normas rigorosas e padrões de desempenho elevados e excessivos (Flett et al., 2002). O grupo Perfeccionistas obtiveram valores médios substancialmente superiores relativamente ao grupo Não Perfeccionistas, permitindo afirmar que os sujeitos Perfeccionistas tendem a estabelecer mais normas e Padrões de desempenho elevados e rigorosos relativamente a si mesmos. No que diz respeito à variável total da escala, observou-se que os sujeitos Perfeccionistas também apresentaram valores médios superiores o que mostra que são mais perfeccionistas no geral, como seria de esperar.

Por outro lado, as restantes dimensões do instrumento, o Perfeccionismo Socialmente Prescrito (PSP) e o Perfeccionismo Orientado para os Outros (POO), não mostraram quaisquer diferenças entre os dois grupos. A subescala Perfeccionismo Socialmente Prescrito (PSP) está relacionada com as expectativas elevadas e irrealistas que os outros apresentam relativamente ao sujeito Perfeccionista (O'Connor, Rasmussen, & Hawton, 2009a). Embora a diferença entre o grupo Não Perfeccionistas e o grupo Perfeccionistas não seja significativa, o grupo Perfeccionistas apresentou valores médios superiores. Assim, é possível concluir que os sujeitos Perfeccionistas tendem a lidar com as expectativas exigentes e muitas vezes impossíveis de concretizar por parte de outrem relativamente a si, em comparação com os sujeitos Não Perfeccionistas.

Ao analisar a frequência das Cognações Perfeccionistas (Flett et al., 1998), o grupo Perfeccionistas apresentou valores médios superiores ao grupo Não Perfeccionistas, demonstrando que os sujeitos Perfeccionistas tendem a apresentar pensamentos perfeccionistas mais frequentemente do que os sujeitos Não Perfeccionistas. Assim, o PCI mostrou ser um instrumento discriminatório entre os sujeitos Perfeccionistas e os sujeitos Não Perfeccionistas, uma vez que se pôde observar diferenças estatisticamente significativas entre os dois grupos relativamente à variável total da escala. No estudo de

Ishida (2005), os participantes também foram divididos em dois grupos – Perfeccionistas e Não Perfeccionistas – consoante as Cognições Perfeccionistas (PCI).

Em suma, pode-se constatar que os sujeitos Perfeccionistas que aceitaram participar na Tarefa apresentam características de perfeccionismo diferentes dos sujeitos Não Perfeccionistas. Os participantes Perfeccionistas apresentam globalmente níveis elevados de perfeccionismo; Padrões de desempenho mais elevados; maior percepção da Discrepância; mais pensamentos (Cognições) Perfeccionistas e são mais exigentes consigo próprios. Deste modo, respondendo a um dos objetivos delineados para o presente estudo, existiram diferenças nas várias dimensões de perfeccionismo em sujeitos com altos e baixos níveis de perfeccionismo.

Posteriormente, ao analisar as relações entre as várias dimensões de perfeccionismo foi possível verificar (apesar de muito circunscritas) algumas relações significativas entre as dimensões. Nomeadamente, observou-se uma correlação positiva entre as Cognições Perfeccionistas com a Ordem e a Discrepância. Estas relações mostram que os sujeitos Perfeccionistas que têm uma maior preferência pela organização, Ordem e limpeza e que se percebem como incapazes de alcançar os seus padrões de desempenho estabelecidos, tendem a apresentar mais Cognições Perfeccionistas.

Neste âmbito, pode-se assim concluir também que elevados níveis de perfeccionismo correspondem a maiores níveis de cognições perfeccionistas. De acordo com Shafran, Cooper e Fairburn (2002), os sujeitos Perfeccionistas sentem-se pressionados a alcançar os seus Padrões de desempenho excessivamente elevados e têm a percepção que exigem de si mesmos objetivos irrealistas e dificilmente viáveis, o que leva à diminuição do seu desempenho e à consequente procrastinação ou evitamento de realizar as tarefas a que são propostos. Assim, pode-se afirmar que a componente comportamental do perfeccionismo se relaciona com a componente cognitiva.

Ainda no segundo momento do estudo, foi então apresentado aos participantes uma Tarefa de Revisão de Texto que apresentava Erros de Ortografia, de Gramática e de Formato de Texto estrategicamente inseridos. O objetivo essencial consistia em avaliar se existiam diferenças no desempenho na realização da Tarefa em sujeitos com altos *versus* baixos níveis de perfeccionismo. Embora no artigo original desenvolvido por Stoeber e Eysenck (2008) as modalidades de erro não sejam discriminadas (i.e., referem-se aos erros no global), no presente trabalho os diferentes tipos de erro encontram-se devidamente diferenciados.

A análise intergrupar relativamente à variável Tempo mostrou que não existem diferenças entre o grupo Não Perfeccionistas e o grupo Perfeccionistas. No entanto, os sujeitos Perfeccionistas apresentam valores médios superiores aos Não Perfeccionistas mostrando que o grupo Perfeccionistas demorou mais tempo a concluir a Tarefa. No estudo de Ishida (2005) os sujeitos Perfeccionistas investiram mais tempo nas informações irrelevantes, apresentando uma eficiência reduzida comparativamente aos sujeitos Não Perfeccionistas. Assim, os dados alcançados no presente estudo corroboram o estudo da autora.

No que diz respeito aos indicadores das variáveis Erro Ortográfico, Erro Gramatical, Erro Formato de Texto e da variável Item não se observaram diferenças entre os dois grupos em estudo, sugerindo a ambiguidade de deteção de erros. O facto de não haver qualquer tipo de discriminação de Erro pode estar relacionado com o tamanho da amostra, que não permitiu uma expressão significativa dos resultados, e com algumas características do texto seleccionado para a Tarefa, nomeadamente em palavras de dupla grafia.

Posteriormente, a variável Tempo e os indicadores das modalidades de Erros e da variável Item foram relacionados com as medidas de perfeccionismo utilizadas no estudo.

A variável Tempo apresenta uma relação positiva, moderada e significativa com a subescala Perfeccionismo Auto-Orientado (PAO) e com a variável total da Escala Multidimensional de Perfeccionismo (HMPS), demonstrando que os sujeitos que são mais perfeccionistas no global tenderam a demorar mais tempo a concluir a Tarefa, especialmente os sujeitos com Perfeccionismo Auto-Orientado (exigentes em relação ao *self*). No mesmo sentido, no estudo de Stoeber e Eysenck (2008) os participantes que demoraram mais tempo a concluir a Tarefa tiveram um maior investimento para encontrar os erros apresentando maior precisão, mas menor eficiência.

Relativamente à variável Erro Ortográfico, pôde-se observar que os sujeitos com mais Cognitiones Perfeccionistas e Perfeccionismo Auto-Orientado realizaram mais Falsos Alarmes. Os Perfeccionistas sentem uma pressão constante para alcançar a perfeição, tendo inevitavelmente como consequência o insucesso por estabelecerem objetivos irrealistas, o que causa a diminuição do desempenho e da produtividade (Shafran et al., 2002). Com o medo de cometerem erros e consequentemente falharem, os sujeitos Perfeccionistas mostraram uma tendência para detetar/assinalar mais erros quando na verdade não se tratava de um erro (Falsos Alarmes).

Também foi possível verificar que quanto maiores os níveis gerais de perfeccionismo, menor o Viés de Resposta, i.e., menor a tendência para ser conservador. Este dado parece mostrar que quanto mais elevados foram os níveis de perfeccionismo, maior foi a sua tendência de referir que existia erro. Assim, esta relação mostrou que os sujeitos Perfeccionistas referiram mais Erros Ortográficos no texto do que os sujeitos Não Perfeccionistas. Um dos motivos pelos quais isto acontece pode ser por este tipo de Erros serem aqueles que os participantes estavam mais seguros, uma vez que todos eram nativos de língua portuguesa. Outro motivo pode ser o facto de os Erros Ortográficos serem os menos ambíguos comparativamente aos de Gramática ou mesmo de Formatação, que implicavam ler as regras descritas no cartão com as instruções.

Os sujeitos com mais Cognições Perfeccionistas apresentaram uma menor Eficiência da Precisão. Sendo um dos objetivos específicos do estudo explorar a relação entre as cognições perfeccionistas e a eficiência na resolução da Tarefa, constatou-se que os sujeitos que apresentaram mais Cognições Perfeccionistas foram menos Eficientes quanto aos Erros de Ortografia.

Do mesmo modo, os sujeitos com Perfeccionismo Auto-Orientado apresentaram menor Eficiência da Precisão. Isto mostra que os sujeitos Perfeccionistas tenderam a ser menos Eficientes na prova de leitura, relativamente aos Erros Ortográficos.

Outro objetivo previamente delineado era analisar a relação entre os níveis de perfeccionismo e a eficiência na resolução da Tarefa. No presente estudo não foi possível encontrar qualquer relação significativa entre a Eficiência da Precisão e qualquer dimensão de perfeccionismo. Contudo, e apesar da relação não ser significativa, considerou-se interessante analisar que a Eficiência se relaciona negativamente (sem significância) com a subescala Padrão, mostrando que os sujeitos com Padrões elevados de desempenho são menos Eficientes, o que corrobora os resultados do estudo de Stoeber e Eysenck (2008), apesar de que neste estudo os autores encontraram valores significativos, sendo também a amostra maior do que a do presente estudo.

Os sujeitos com níveis elevados de perfeccionismo, nomeadamente Padrões de desempenho elevados, tenderam a detetar (Acertar) os Erros de Ortografia. Os sujeitos com níveis elevados de perfeccionismo também apresentaram um número elevado de Falsos Alarmes. Não é possível contrastar estes resultados com os estudos anteriores na área porque as modalidades de erros foram sempre agrupadas.

Os sujeitos com Padrões de desempenho elevados, com tendência para a organização e a Ordem e com níveis globais de perfeccionismo, nomeadamente

Perfeccionismo Socialmente Prescrito, tenderam a ter um menor Viés de Resposta, sendo menos conservadores (referiram que existia erro Ortográfico).

Em relação aos indicadores das variáveis Erro de Gramática e Erro de Formato de Texto, importa referir que não foram detetadas relações significativas com as medidas de perfeccionismo.

Seguidamente, com o intuito de analisar a medida global de desempenho, os indicadores da variável Item também foram relacionados com as várias dimensões de perfeccionismo. Os sujeitos com Padrões elevados de desempenho tenderam a ser menos conservadores (i.e., referiram mais vezes que existia erro). Também foi possível observar, no presente estudo, que os sujeitos com perfeccionismo direcionado para o próprio (PAO) tenderam a ser menos Eficientes na resolução da Tarefa.

Assim, tal como seria de esperar, pode-se concluir que quanto maiores os níveis de perfeccionismo menor o desempenho relativo (ou Eficiência) dos participantes. Os sujeitos Perfeccionistas tenderam a ser menos eficientes no seu desempenho, corroborando assim os resultados do estudo de Stoeber e Eysenck (2008). Deste modo, tanto os resultados do estudo original como do presente estudo fornecem apoio empírico para o facto de que o perfeccionismo está inversamente relacionado com a eficiência (Ishida, 2005).

Embora as restantes relações não sejam significativas, pôde-se verificar que, tal como ocorreu no estudo original, os sujeitos com níveis altos de perfeccionismo, especialmente com Padrões de desempenho elevados, foram menos Eficientes na resolução da Tarefa e apresentaram mais Falsos Alarmes.

Assim, ao avaliar se existem diferenças no desempenho na realização da Tarefa em sujeitos com altos *versus* baixos níveis de perfeccionismo, é possível concluir que os sujeitos Perfeccionistas apresentaram um menor desempenho relativo na resolução da prova de leitura comparativamente aos sujeitos Não Perfeccionistas.

## 6. Conclusão

A revisão da literatura realizada no âmbito da gênese do perfeccionismo permitiu conhecer a evolução da definição do conceito assim como as investigações realizadas acerca das suas componentes.

O presente trabalho teve como principal finalidade estudar a influência das cognições perfeccionistas no desempenho de uma Tarefa de Revisão de Texto. Assim, procurou-se averiguar se a qualidade do desempenho dos sujeitos dependia dos seus níveis de perfeccionismo.

No primeiro momento do estudo, ao avaliar os níveis de perfeccionismo, os participantes foram discriminados consoante os seus níveis de perfeccionismo com o intuito de selecionar os sujeitos com níveis altos de perfeccionismo (o grupo Perfeccionistas) e os sujeitos com níveis baixos de perfeccionismo (o grupo Não Perfeccionistas).

No âmbito deste estudo pode-se concluir que os participantes com níveis mais elevados de perfeccionismo manifestam também Padrões elevados de desempenho, elevada perceção da Discrepância e são especialmente exigentes consigo próprios.

Relativamente à componente cognitiva do perfeccionismo, pode-se sublinhar que os participantes do grupo Perfeccionistas apresentam cognições perfeccionistas com mais frequência. Deste modo, pode-se ainda concluir que quanto mais elevados foram os níveis de perfeccionismo dos sujeitos, mais frequentemente apresentaram cognições perfeccionistas.

Relativamente à Tarefa de Revisão de Texto, a análise intergrupar referente à variável Tempo permitiu concluir que os sujeitos Perfeccionistas demoraram mais tempo a concluir a Tarefa.

Ao explorar a relação entre o Tempo e as medidas de perfeccionismo, pôde-se concluir que os sujeitos Perfeccionistas, especialmente os que eram exigentes em relação a si próprios, demoraram mais tempo a concluir a Tarefa.

A componente comportamental do perfeccionismo, em relação aos Erros de Ortografia, mostrou que os sujeitos que apresentaram níveis elevados de perfeccionismo tenderam a ser menos conservadores e a assinalar mais Falsos Alarmes. Os participantes que estabeleceram Padrões de desempenho elevados apresentaram mais erros detetados corretamente (Acertos). Relativamente ao perfeccionismo geral, os sujeitos com Perfeccionismo Auto-Orientado demonstraram ser menos eficientes e detetaram mais

Falsos Alarmes e os sujeitos com Perfeccionismo Socialmente Prescrito foram menos conservadores nas suas respostas. A componente cognitiva revelou dados semelhantes, uma vez que os sujeitos com mais cognições perfeccionistas foram menos eficientes e apresentaram mais Falsos Alarmes.

Numa perspetiva global do desempenho dos participantes, foi possível concluir que os sujeitos com Padrões elevados de desempenho tenderam a ser menos conservadores e os sujeitos com Perfeccionismo Auto-Orientado mostraram-se menos eficientes no seu desempenho.

Assim, pode-se concluir que os sujeitos Perfeccionistas demoraram mais tempo a concluir a Tarefa e investiram mais a encontrar erros. Embora apresentem um maior número de Acertos relativamente aos sujeitos Não Perfeccionistas, também apresentam um maior número de Falsos Alarmes.

Os resultados alcançados neste estudo apresentam implicações importantes para as investigações sobre o perfeccionismo e o desempenho. Como esperado, o perfeccionismo está negativamente relacionado com a eficiência. Todas as dimensões de perfeccionismo em estudo foram associadas à eficiência reduzida.

Sem considerar a eficiência e as respostas corretas *versus* incorretas, o presente estudo pode concluir que não houve diferenças estatisticamente significativas no desempenho na prova em função dos níveis de perfeccionismo.

O presente estudo apresenta algumas limitações. Primeiro, aponta-se o facto de a amostra ter sido reduzida. Ao seleccionar os extremos dos níveis de perfeccionismo a amostra diminuiu consideravelmente. Sendo necessário os participantes terem interesse e disponibilidade em dar continuidade ao estudo, a amostra final acabou por ser muito pequena. Segundo, o texto seleccionado para a Tarefa de Revisão de Texto pode ser considerado como uma limitação, uma vez que este era ambíguo e poderia suscitar dúvidas, dificultando a deteção correta dos erros. E terceiro, existem poucos estudos que tenham investigado o perfeccionismo e a eficiência utilizando o tempo para determinar o esforço, o que dificulta a compreensão e a interpretação dos resultados alcançados.

Estudos futuros podem incluir na investigação outros indicadores de esforço, como por exemplo o esforço subjetivo, o grau de atenção e os indicadores fisiológicos (M. W. Eysenck, Derakshan, Santos, & Calvo, 2007) de modo a averiguar se os presentes resultados são generalizáveis.

Outras sugestões de estudos futuros podem ser a realização da investigação em apenas um momento, de forma a não se perderem participantes, e a seleção de um texto de fácil leitura, mais reduzido e aprimorado.

## 7. Referências Bibliográficas

- Adler, A. (1956). The neurotic disposition. In *The individual psychology of Alfred Adler* (pp. 239–262).
- Antony, M. M., Purdon, C. L., Huta, V., & Swinson, R. P. (1998). Dimensions of perfectionism across the anxiety disorders. *Behaviour Research and Therapy*, *36*, 1143–1154. [https://doi.org/10.1016/S0005-7967\(98\)00083-7](https://doi.org/10.1016/S0005-7967(98)00083-7)
- Besser, Flett, G., & Hewitt, P. L. (2004). Perfectionism, Cognition, and Affect in Response to Performance Failure vs. Success. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*, *22*(4), 297–324.
- Bong, M., Hwang, A., Noh, A., & Kim, S. il. (2014). Perfectionism and Motivation of Adolescents in Academic Contexts. *Journal of Educational Psychology*, *106*(3), 711–729. <https://doi.org/10.1037/a0035836>
- Burns, D. D. (1980). The Perfectionist's Script for Self-defeat. *Psychology Today*, *14*(6), 34–52.
- Carmo, C., Brás, M., Batista, L., & Faísca, L. (2017). Análise Fatorial Confirmatória da Versão Portuguesa da Escala Multidimensional de Perfeccionismo de Frost. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación - e Avaliação Psicológica*, *2*(44), 28–43. <https://doi.org/10.21865/RIDEP44.2.03>
- Cohen, J. (1988). *Statistical Power Analysis for the Behavioral Sciences*. *Nature* (Vol. 506). <https://doi.org/10.1038/506274a>
- Dunn, J. G. H., Gotwals, J. K., & Dunn, J. C. (2005). An examination of the domain specificity of perfectionism among intercollegiate student-athletes. *Personality and Individual Differences*, *38*, 1439–1448. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2004.09.009>
- Dunn, J. G. H., Gotwals, J. K., Dunn, J. C., & Syrotuik, D. G. (2006). Examining the relationship between perfectionism and trait anger in competitive sport. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, *4*(1), 7–24. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2006.9671781>
- Egan, S., Wade, T., & Shafran, R. (2011). Perfectionism as a transdiagnostic process: a clinical review. *Clinical Psychology Review*, *31*(2), 203–12.
- Ehring, T., & Watkins, E. R. (2008). Repetitive Negative Thinking as a Transdiagnostic Process. *International Journal of Cognitive Therapy*, *1*(3), 192–205. <https://doi.org/10.1521/ijct.2008.1.3.192>
- Enns, M. W., & Cox, B. J. (2002). The nature and assessment of perfectionism: A critical analysis. In *Perfectionism: Theory, research, and treatment* (pp. 33–62).
- Eysenck, M. W., & Calvo, M. G. (1992). Anxiety and performance: The processing efficiency theory. *Cognition and Emotion*, *6*, 409–434. <https://doi.org/doi.org/10.1080/02699939208409696>
- Eysenck, M. W., Derakshan, N., Santos, R., & Calvo, M. G. (2007). Anxiety and cognitive performance: Attentional control theory. *Emotion*, *7*(2), 336–353. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.1037/1528-3542.7.2.336>
- Ferreira, T., Nascimento, M., Macedo, A., Pereira, A., & Pissarra, A. (2017). Perfeccionismo, Pensamento Repetitivo Negativo e Sintomatologia do Espectro Obsessivo-Compulsivo. *Psicologia, Saúde e Doenças*, *18*(2), 581–590.
- Field, A. (2009). *Discovering Statistics Using SPSS* (3ª Edição).
- Flett, G. L., Hewitt, P. L., Blankstein, K. R., & Gray, L. (1998). Psychological distress and the frequency of perfectionistic thinking. *Journal of Personality and Social Psychology*, *75*(5), 1363–1381.
- Flett, G. L., Nepon, T., & Hewitt, P. L. (2015). Perfectionism, Worry, and Rumination in Health and Mental Health: A Review and a Conceptual Framework for a Cognitive

- Theory of Perfectionism. In *Perfectionism, Health, and Well-Being* (Springer). Toronto.
- Flett, Hewitt, P. L., Shapiro, B., & Rayman, J. (2002). Perfectionism, beliefs, and adjustment in dating relationships. *Current Psychology: A Journal for Diverse Perspectives on Diverse Psychological Issues*, 20(4), 289–311.
- Frost, Heimberg, R., Holt, C., Mattia, J., & Neubauer, A. (1993). A comparison of two measures of perfectionism. *Personality and Individual Differences*, 14(1), 119–126.
- Frost, R. O., & Marten, P. A. (1990). Perfectionism and Evaluative Threat. *Cognitive Therapy and Research*, 14(6), 559–572. [https://doi.org/10.1016/0022-2836\(89\)90264-7](https://doi.org/10.1016/0022-2836(89)90264-7)
- Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C., & Rosenblate, R. (1990). *The Dimensions of Perfectionism. Cognitive Therapy and Research* (Vol. 14).
- Garner, D. M., Olmsted, M. P., & Polivy, J. (1983). Development and validation of a multidimensional eating disorder inventory for anorexia nervosa and bulimia. *International Journal of Eating Disorders*, 2, 15–34.
- Hamachek, D. E. (1978). Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism. *Psychology: A Journal of Human Behavior*, 15(1), 27–33.
- Harvey, A. G., Watkins, E., Mansell, W., & Shafran, R. (2004). Cognitive behavioural processes across psychological disorders: A transdiagnostic approach to research and treatment. *Oxford University Press*, 365. <https://doi.org/10.1002/erv.647>
- Hewitt, P. L. (Paul L., & Flett, G. L. (1991). Perfectionism in the Self and Social Contexts: Conceptualization, Assessment, and Association With Psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(3), 456–470. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.60.3.456>
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1991). Perfectionism in the self and social contexts: conceptualization, assessment, and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(3), 456–70.
- Hollender, M. H. (1965). Perfectionism. *Comprehensive Psychiatry*, 6(2), 94–103.
- Hollender, M. H. (1978). Perfectionism, a neglected personality trait. *Journal of Clinical Psychiatry*, 39, 384.
- Horney, K. (1999). *Our Inner Conflicts: A Constructive Theory of Neurosis*.
- Ishida, H. (2005). College students' perfectionism and task-strategy inefficiency: Why their efforts go unrewarded? *Japanese Journal of Social Psychology*, 20(3), 208–215.
- Kline, P. (1999). *The handbook of psychological testing*. (London: Routledge., Ed.) (2<sup>a</sup> Edição).
- Macedo, A., Marques, M., & Pereira, A. T. (2014). Perfectionism and Psychological Distress: a review of the cognitive factors. *International Journal of Clinical Neurosciences and Mental Health*, 1(6), 1–10.
- Macedo, A., Soares, M. J., Maia, B., Pereira, A. T., Marques, M., Bos, S., ... Azevedo, M. H. (2007). Perfeccionismo e Psicopatologia. *Psiquiatria Clínica*, 28(2 e 3), 5–14.
- Mcardle, F. (2010). Preparing Quality Teachers: Making Learning Visible. *Australian Journal of Teacher Education*, 35(8), 60–78.
- O'Connor, R., Rasmussen, S., & Hawton, K. (2009a). Predicting deliberate self-harm in adolescents: a six month prospective study. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 39(4), 364–75. <https://doi.org/10.1521/suli.2009.39.4.364>.
- O'Connor, R., Rasmussen, S., & Hawton, K. (2009b). Predicting depression, anxiety and self-harm in adolescents: the role of perfectionism and acute life stress. *Behaviour Research and Therapy*, 48(1), 52–9.
- Ram, A. (2005). *The Relationship of Positive and Negative Perfectionism to Academic*

- Achievement, Achievement Motivation, and Well-Being in Tertiary Students.*
- Rice, Richardson, C., & Tueller, S. (2014). The Short Form of the Revised Almost Perfect Scale. *Journal of Personality Assessment*, *96*(3), 368–379.
- Shafran, R., Cooper, Z., & Fairburn, C. (2002). Clinical perfectionism: a cognitive-behavioural analysis. *Behaviour Research and Therapy*, *40*(7), 773–791.
- Shafran, R., & Mansell, W. (2001). Perfectionism and Psychopathology: A Review of Research and Treatment. *Clinical Psychology Review*, *21*(6), 879–906.
- Sherry, S. B., Hewitt, P. L., Flett, G. L., & Harvey, M. (2003). Perfectionism Dimensions, Perfectionistic Attitudes, Dependent Attitudes, and Depression in Psychiatric Patients and University Students. *Journal of Counseling Psychology*, *50*(3), 373–386. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.50.3.373>
- Slaney, Ashby, J. S., & Trippi, J. (1995). Perfectionism: Its Measurement and Career Relevance. *Journal of Career Assessment*, *3*(4).
- Slaney, R. B., Chadha, N., Mobley, M., & Kennedy, S. (2000). Perfectionism in Asian Indians: Exploring the Meaning of the Construct in India. *Counseling Psychologist*, *28*, 10–31.
- Slaney, R. B., Rice, K. G., Mobley, M., Trippi, J., & Ashby, J. S. (2001). The Revised Almost Perfect Scale. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, *34*(3), 130–145.
- Soares, M. J., Gomes, A., Macedo, A., & Azevedo, M. (2003). Escala Multidimensional de Perfeccionismo: Adaptação À População Portuguesa. *Revista Portuguesa De Psicossomática*, *5*(1), 46–55.
- Sousa, V. D., Driessnack, M., & Mendes, I. A. C. (2007). Revisão dos Desenhos de Pesquisa Relevantes para Enfermagem. Parte 1: Desenhos de Pesquisa Quantitativa. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, *15*(3), 684–688. <https://doi.org/10.1590/S0104-11692007000400025>
- Stoeber, J. (2011). Perfectionism, efficiency, and response bias in proof-reading performance: Extension and replication. *Personality and Individual Differences*, *50*, 426–429. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2010.10.021>
- Stoeber, J. (2018). The psychology of perfectionism: Critical issues, open questions, and future directions. In *The Psychology of Perfectionism: Theory, Research, Applications* (pp. 333–352).
- Stoeber, J., & Eysenck, M. W. (2008). Perfectionism and efficiency: Accuracy, response bias, and invested time in proof-reading performance. *Journal of Research in Personality*, *42*(6), 1673–1678.
- Stoeber, J., Hutchfield, J., & Wood, K. V. (2008). Perfectionism, Self-Efficacy, and Aspiration Level: Differential Effects of Perfectionistic Striving and Self-Criticism After Success and Failure. *Personality and Individual Differences*, *45*(4), 323–327. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2008.04.021>
- Stoeber, J., & Otto, K. (2006). Positive conceptions of perfectionism: Approaches, evidence, challenges. *Personality and Social Psychology Review*, *10*(4), 295–319. <https://doi.org/10.1207/s15327957pspr1004>
- Stoeber, J., & Stoeber, F. (2009). Domains of perfectionism: Prevalence and relationships with perfectionism, gender, age, and satisfaction with life. *Personality and Individual Differences*, *46*, 530–535. <https://doi.org/10.1111/j.1472-8206.2004.00242.x>
- Watkins, E. R. (2008). Constructive and Unconstructive Repetitive Thought. *Psychological Bulletin*, *134*(2), 163–206. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.134.2.163>
- Wu, K. D., & Cortesi, G. T. (2009). Relations between perfectionism and obsessive-

compulsive symptoms: Examination of specificity among the dimensions. *Journal of Anxiety Disorders*, 23, 393–400. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2008.11.006>

## **Anexos**

**Anexo A** – Instruções da Tarefa de Revisão de Texto, disponibilizadas ao longo de toda a duração da prova.

## Instruções da Tarefa

### Erros de formato de texto (T)

- Os números decimais devem aparecer com **ponto (.)** “8.4” e não com **vírgula (,)** “8,4”.
- Os números que indicam % devem apresentar **uma casa decimal** “8.4%” e não duas “8.44%”.
- As abreviaturas devem aparecer em **itálico**, (*OMS*).
- Nas referências a vários autores deve aparecer **“e colaboradores”** e não **“et al”**.
- Nas referências a dois ou mais autores deve aparecer entre parênteses a letra **“&”** e não **“e”**.
- As referências no final do texto devem aparecer sempre **entre parenteses** (Costa & Sá, 2017).

### Erros de ortografia (O) *Uso da grafia correta em cada palavra.*

**Exemplo:** Em vez de “kilo”, deveria estar escrito **quilo**.

### Erros de gramática (G) *Uso do tempo verbal correto em cada frase.*

**Exemplo:** Em vez de “...os documentos **foi** analisados”, deveria estar escrito “...os documentos **foram** analisados”.