



Supressão de Pensamento e Crenças Delirantes do Tipo Persecutório em uma Amostra Universitária Portuguesa

Rafaela Sofia Correia de Almeida

Dissertação para obtenção do grau de Mestre em
Psicologia Clínica e da Saúde

Dissertação orientada pela Professora Doutora Antonia Maria Jiménez Ros

Faro, 2015

**SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA
AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA**

Supressão de pensamento e crenças delirantes do tipo
persecutório em uma amostra universitária portuguesa

Declaração de autoria de trabalho

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

© 2015 por Rafaela Sofia Correia de Almeida

A Universidade do Algarve tem o direito, perpétuo e sem limites geográficos, de arquivar e publicar este trabalho através de exemplares impressos reproduzidos em papel ou de forma digital, ou por qualquer outro meio conhecido ou que venha a ser inventado, de o divulgar através de repositórios científicos e de admitir a sua cópia e distribuição com objetivos educacionais ou de investigação, não comerciais, desde que seja dado crédito ao autor e editor.”

Agradecimentos

SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA

Primeiro a Deus, tudo o resto é manifestação secundária da sua perfeita vontade,

Segundo agradeço à Professora Antonia Ros pela sua disponibilidade, paciência e grande inteligência emocional,

Ao meu filho Afonso que lutou ao meu lado com infinita paciência e amor durante estes nove anos que se passaram desde a conclusão da licenciatura até conseguir finalizar a tese de mestrado,

Àqueles que não deixaram de acreditar mesmo quando tudo pareceu perdido, ao meu avô Sérgio, à minha mãe Anabela, à minha avó Helena e à minha família Universal que me ajudou a levantar e a aprender o que é a ética, os valores e, sobretudo a perseverança,

Às colegas que encontrei na UALG que se disponibilizaram em me acolher na instituição,

Às pessoas que de alguma forma têm vindo a ser afetadas pelo sofrimento que emerge da desconfiança, espero que este trabalho de alguma forma possa contribuir para minorizar esse sofrimento.

SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA

Resumo

Introdução: A supressão de pensamento quando em interação com outros fatores como a ansiedade e os afetos negativos pode ter um papel importante na origem e manutenção das crenças delirantes do tipo persecutório. Neste trabalho investigamos os níveis de supressão de pensamento e a presença de crenças delirantes do tipo persecutório e hipotetizamos que apenas na presença de níveis elevados de ansiedade e afetos negativos os níveis de supressão de pensamento prediriam os níveis de crenças delirantes do tipo persecutório.

Método: Os dados foram recolhidos em uma amostra de estudantes universitários da Universidade do Algarve (N= 181) que responderam a um conjunto de questionários *online*, contendo as seguintes escalas: *Marlowe-Crowne Social Desirability Scale*, *White Bear Suppression Inventory*, *General Paranoia Scale* e *Hospital Anxiety and Depression Scale*.

Resultados: Verificou-se que quando se controla a ansiedade e os afetos negativos através de uma regressão multilinear linear hierárquica a supressão de pensamento explica uma variância significativamente estatística das crenças delirantes do tipo persecutório, no entanto esta variância apenas ocorre na presença de níveis elevados de afeto negativo.

Conclusões: Estes resultados confirmam o caráter preditor da supressão de pensamento na formação e manutenção das crenças delirantes do tipo persecutório no entanto este caráter preditor apenas ocorre na presença de níveis elevados de afeto negativo e não de ansiedade como proposto por investigações anteriores.

Palavras-chave: Crenças delirantes do tipo persecutório, supressão de pensamento, afetos negativos, ansiedade, não clínicos.

SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA

Abstract

Introduction: Thought suppression when interacting with other factors such as anxiety and negative affect may play an important role persecutory delusional-like beliefs formation and maintenance. In this paper we investigate the levels of thought suppression and the presence of persecutory type delusional-like beliefs and hypothesized that only the presence of high levels of anxiety and negative affect the levels of thought suppression would predict the levels of persecutory delusion-like beliefs.

Method: Data was gathered from a non- clinical sample of college students from Universidade do Algarve [UALG] (N = 181) who answered an online questionnaire containing the following scales : Marlowe -Crowne Social Desirability Scale , White Bear Suppression Inventory , General Paranoia Scale and Hospital Anxiety and Depression scale .

Results: We have found that when anxiety and negative affect are controlled by multiple linear hierarquical regressions, thought suppression explained a statistically significant variance in PDLB's, however, this predictive value only occurs in interaction with high levels of negative affect.

Discussion: These results confirm the predictive value of thought suppression in delusion like persecutory beliefs however this value only occurs in the presence of high levels of negative affect and not in the presence of high anxiety levels as proposed by other research.

Keywords: Paranoia, persecutory delusion-like beliefs, thought suppression, negative affect, anxiety, non-clinical.

**SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA
AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA**

Índice

Parte I - Introdução

1. Introdução.....	10
2. Crenças Delirantes do Tipo Persecutório.....	13
2.1 Crenças, Crenças Delirantes e Delírios.....	13
2.1.2 Crenças.....	13
2.1.2. Crenças Delirantes do Tipo Persecutório.....	15
3. Supressão de Pensamento.....	24
3.1. A Supressão de Pensamento.....	22
3.2. Teoria dos Processos Irónicos.....	27
3.3. Efeitos Paradoxais da Supressão de Pensamento.....	28
3.4. Processos Irónicos e Psicopatologia.....	30
4. Fatores Emocionais e formação de Crenças Delirantes do Tipo Persecutório.....	31

Parte II - Objetivos do estudo

6. Objetivos gerais e específicos do estudo e hipóteses da investigação.....	38
--	----

Parte III - Método

7. Participantes.....	40
8. Instrumentos.....	41
8.1. Questionário de dados sociodemográficos.....	41
8.2. Supressão de Pensamento - <i>White Bear Suppression Inventory</i> [WBSI].....	41
8.3. Ideação Paranoide - <i>General Paranoia Scale</i> [GPS].....	41

SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA

8.4. Desejabilidade Social - <i>Marlowe-Crowne Social Desirability Scale</i> [MC-SDS].....	42
8.5. Depressão e Ansiedade - <i>Hospital Anxiety and Depression Scale</i> [HADS]	43
8.6. Afetos Negativos - <i>Positive and Negative Affect Schedule</i> [PANAS]	44
9. Procedimentos.....	44
9.1. Procedimentos de recolha de dados.....	44
9.2. Procedimentos de análise de dados.....	45
Parte IV- Resultados	
10. Apresentação dos resultados.....	47
Parte V – Discussão	
11. Discussão dos resultados.....	53
12. Conclusões e implicações clínicas.....	58
13. Limitações do estudo.....	59
Parte VI Referências Bibliográficas	
Apêndices	
Anexos	

**SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA
AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA**

Índice de Tabelas

Tabela 1 Regressão multi-linear hierarquica.....	48
Tabela 2 Regressão multi-linear hierarquica.....	48
Tabela 3 Regressão multi-linear hierarquica.....	49
Tabela 4 ANOVA.....	49
Tabela 5 Análise dos Coeficientes.....	50
Tabela 6 Regressão multi-linear hierarquica.....	50
Tabela 7 ANOVA.....	51
Tabela 8 Regressão multi-linear hierarquica.....	52
Tabela 9 ANOVA.....	52
Tabela 10 Regressão multi-linear hierarquica.....	53

**SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA
AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA**

Índice de Apêndices

Apêndice 1. Consentimento Informado.....	67
Apêndice 2. Questionário de Dados Sociodemográficos.....	68

**SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA
AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA**

Índice de Anexos

Anexo 3. <i>White Bear Suppression Inventory</i>	70
Anexo 4. <i>General Paranoia Scale</i>	71
Anexo 5. <i>Marlowe-Crowne Social Desirability Scale</i>	73
Anexo 6. <i>Hospital Anxiety and Depression Scale</i>	77
Anexo 7. <i>Positive and Negative Affect Schedule</i>	81

SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA

Parte I - Introdução

1. Introdução

Os nossos processos cognitivos são orientados por ideias acerca de nós mesmos e do mundo que nos rodeia que se designam por crenças. Estas crenças são a informação metacognitiva parte do nosso conhecimento auto referente que vão servir de guia para as nossas respostas emocionais, cognitivas e comportamentais e resultam das nossas aprendizagens e experiências (Wells, 2003).

Esta informação vai ser o filtro com que iremos observar o nosso mundo interno e o mundo externo e a base com que se vão escrever as nossas interações (Freeman et al., 2002). Quando estes filtros passam a estar contaminados pela desconfiança podem deixar de ter um caráter adaptativo e enviesar os nossos processos cognitivos no sentido da perturbação mental (Freeman et al., 2002; Green et al., 2006).

As crenças delirantes do tipo persecutório são um dos vários tipos de crenças que podem ser encontradas na população em geral e em clínicos relacionadas com a ameaça (Green et al., 2006) que se supõe emergirem das nossas preocupações emocionais (Freeman et al., 2002), da necessidade de proteção contra os afetos negativos que resultam das experiências anómalas e da necessidade de manter uma identidade coesa face a estas experiências e afetos (Bentall et al., 2001) com certas particularidades como a implausibilidade, a distorção da realidade, e a resistência à mudança e que dependendo de certos fatores como as experiências anómalas, os isolamento social, os fatores emocionais, o recurso à supressão de pensamento (Freeman, 2007; Jones & Fernyhough, 2008; Carvalho, Pinto-Gouveia, Peixoto & Motta, 2014) evoluem numa

SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA

estrutura hierárquica rumo uma cada vez maior implausibilidade e distanciação do real podendo chegar ao delírio (Freeman, 2006; Freeman, 2007).

O estudo destas crenças revela-se importante não só porque são as crenças irrealistas que integram as rotinas de pensamento da população em geral e podem causar dificuldades emocionais e sociais mas devido à forma como podem evoluir são igualmente fatores importantes a ter em conta na abordagem clínica a várias perturbações mentais que podem apresentar delírios persecutórios como sintoma tais como algumas depressões major, síndromes pós-stress traumático, perturbação bipolar, demência, psicoses orgânicas e esquizofrenia (APA, 2002; Coltheart, Langdon & McKay, 2006; Freeman, 2006; Freeman, 2007).

Dois constructos psicológicos importantes a considerar nos modelos de formação e manutenção destas crenças são as emoções (Freeman, 2002; Freeman, 2007) e o recurso à supressão de pensamento (Jones & Fernyhough, 2008).

A ansiedade e os afetos negativos são dois tipos de emoção que se revelam um constructo importante tanto como forma de garantir o bem-estar nas intervenções psicológicas com este tipo de população como na prática clínica uma vez que tanto são um reflexo do sofrimento que o indivíduo está a viver como uma possível causa da formação e manutenção das crenças que estão na base do delírio (Pais-Galinha & Ribeiro, 2005; Schulze, Freeman, Green & Kuipers, 2012).

O recurso à supressão de pensamento quando está associado a estes fatores emocionais tem-se vindo a revelar um fator preditor de uma série de patologias que assentam em pensamentos intrusivos e da presença de crenças delirantes do tipo persecutório (Jones & Fernyhough, 2008). Tanto os afetos negativos como a ansiedade penalizam a nossa capacidade de suprimir pensamentos incómodos (Wegner & Zanakos,

SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA

1994) e esta relação tem-se vindo a revelar um preditor consistente da ideação paranoide (Jones Fernyhough, 2008).

A supressão de pensamento é uma estratégia de controlo de pensamentos indesejados que por comportar um acréscimo de carga cognitiva acaba por resultar exatamente no oposto ao pretendido (Wegner, Schneider, Carter III & White, 1987) e que por isso se tem vindo a revelar um constructo importante na formação e manutenção da perturbação mental assente em pensamentos intrusivos e de outros comportamentos que resultam das nossas tentativas de controlar pensamentos indesejados os comportamentos aditivos e a compulsão alimentar (Soetens & Braet, 2006; Wegner & Smart, 1996; Wegner & Zanakos, 1994).

Os efeitos irónicos que advêm do recurso à supressão de pensamento ocorrem devido a uma interação entre esta tentativa de controlo mental e outros fatores de sobrecarga do processamento cognitivo como as emoções, sobrecarga farmacológica ou *stress* que acabam por comprometer o funcionamento psicológico do indivíduo acabando por tornar os pensamentos a suprimir ainda mais acessíveis à consciência (Wegner et al., 1987; Wegner, Broome & Blumberg, 1997; Wegner & Zanakos, 1994) e ter um papel preditor numa série de patologias assentes em pensamentos intrusivos (Magee, Harden e Teachman, 2012).

Perceber o papel da supressão de pensamento e dos fatores emocionais na formação e manutenção das crenças delirantes do tipo persecutório pode ter implicações importantes para o aperfeiçoamento dos modelos teóricos de compreensão do delírio, na prática clínica e na promoção da saúde mental e do bem-estar (Green et al., 2006; Carvalho, Pinto-Gouveia, Peixoto & Motta, 2014; Wegner, 2006) no sentido de desenvolvimento de teorias mais compreensivas que por sua vez se vão traduzir em

SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA

tratamentos mais eficazes centrados na ventilação livre dos medos e ansiedades sentidos pelos doentes e em técnicas como a ponderação de estratégias alternativas de argumentação e confronto onde o individuo é convidado a passar de um modo de processamento predominantemente automático para um pensamento metacognitivo reavaliando as crenças delirantes (Freeman, 2006; Freeman et al., 2002; Wells, 2003; Wegner, 2011) e em intervenções clínicas mais empáticas e securizantes para os pacientes muito fragilizados, ansiosos e deprimidos pela desconfiança (Green et al., 2006).

No presente estudo, tomamos como referência o único estudo anterior nesta área feito por Jones & Fernyhough (2008) e vamos verificar em uma população composta unicamente por não clínicos se a supressão de pensamento terá um papel preditor na formação e manutenção das crenças delirantes do tipo persecutório hipotetizando que este papel preditor só se verifica quando em interação com outros processos emocionais concorrentes como os níveis elevados de ansiedade e afetos negativos.

2. Crenças delirantes do tipo persecutório

2.1. Crenças, crenças delirantes e delírios.

2.1.2. Crenças. As crenças são o nosso conhecimento acerca de nós mesmos que está armazenado nas nossas estruturas de memória que compõem a nossa informação metacognitiva, esta informação é produto das nossas rotinas de processamento e das experiências que vivemos e serve de modelação da significância pessoal que damos aos estímulos que recebemos do exterior. Mediante esta informação os nossos processos cognitivos vão direcionar a atenção, influenciar os nossos processos de monitorização e avaliação e fornecer um plano geral de respostas de *coping* às diversas situações do dia-

SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA

a-dia (Wells, 2003).

Quando emergem de experiências stressoras, negativas ou anómalas estas crenças podem tornar-se falsas e dar origem a pensamentos automáticos e distorções interpretativas (Wells, 2003). As crenças são constructos nucleares de natureza incondicionada, como por exemplo, “sou vulnerável”, “sou um lixo” ou “não consigo lidar com este pensamento” que são aceites como verdade acerca do *self* e mediante o conteúdo destas ideias são formadas as rotinas de pensamento características de cada individuo (Wells, 2003).

Segundo o modelo de regulação cognitivo-emocional, o S-REF, os nossos processos cognitivos dependem de três níveis de cognição que interagem entre si, uma rede determinada pelos estímulos das unidades de processamento de nível inferior, não acessíveis à consciência e que são, sobretudo, de natureza reflexiva, um nível de processamento controlado *online* que está implicado na avaliação consciente dos acontecimentos e no controlo da ação e do pensamento e por fim uma reserva de autoconhecimento (crenças) disponíveis na memória a longo prazo (Wells, 2003).

A forma como estes três níveis interagem vai determinar o nosso modo de processamento cognitivo que por sua vez pode ser de dois tipos: ou predominantemente metacognitivo onde existe uma avaliação elaborada dos nossos pensamentos e percepções ou predominantemente de objeto, mais automático e assente em planos predefinidos de funcionamento usados no dia-a-dia (Wells, 2003).

Ambos os modos têm como linha mestra de tomada de decisão a função de conhecimento da metacognição que é formada pelas crenças (com uma natureza incondicionada) e as suposições (de natureza condicionada ou reflexiva em que o individuo faz inferências a partir dos acontecimentos) (Wells, 2003).

SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA

No caso do conhecimento metacognitivo explícito (que está acessível à consciência), este pode ser expresso verbalmente, ao passo que o conhecimento metacognitivo implícito não é normalmente controlado pela consciência e não pode ser expresso de forma verbal (Wells, 2003).

O conhecimento implícito pode ser visto como um plano de processamento composto pelos vieses de inferência, de distribuição de atenção e de procura na memória que por sua vez, quando assenta em crenças falsas e pouco adaptativas vai ser crucial na formação e perpetuação da perturbação emocional (Wells, 2003) e em indivíduos com pouca consciência cognitiva prejudica os níveis de bem-estar (Valiente, Prados, Gomez e Fuentenebro, 2012).

A pessoa sem perturbação emocional consegue alterar as suas crenças e escolher estratégias de *coping* adequadas durante os ciclos do S-REF que compõem as nossas rotinas de pensamento enquanto que no caso da pessoa com perturbação emocional estas tentativas de regulação estão a funcionar corretamente e vão determinar uma série de escolhas desadequadas nas estratégias de *coping*, agravar o autoconhecimento negativo, desenvolver expectativas irrealistas de autorregulação e por fim comprometer a sua interação com o seu meio (Wells, 2003).

É possível alterar estes efeitos da perturbação emocional através de estratégias específicas, e é esse o objetivo de uma série de abordagens terapêuticas, no entanto, a rigidez e inflexibilidade das crenças, resultado dos fatores que contribuem para a sua manutenção e formação podem dificultar muito este objetivo (Garety et al., 2014).

Compreender a os fatores que estão envolvidos na formação de cada tipo específico de crenças pode ajudar neste processo e facilitar a mudança (Bentall et al., 2001; Freeman, 2007).

SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA

2.1.2. Crenças delirantes do tipo persecutório.

As crenças delirantes do tipo persecutório são um tipo característico de crença de ameaça que estão na base dos delírios persecutórios (Freeman et al., 2002). O delírio tem vindo a ser definido como o ponto máximo de concretização do pensamento psicótico e por isso tem sido um tema central da psiquiatria e psicologia ao longo do tempo (Bajouco & Nogueiro, 2012). Krapeling no início do século passado definiu as ideias delirantes como “ideias morbidamente falseadas que não são acessíveis à correção através da argumentação” (Bajouco & Nogueiro, 2012), hoje os novos modelos de conceção do delírio têm vindo a aperfeiçoar a definição do delírio enquanto saber e entidade multifacetada que orienta a atenção do indivíduo delirante (Scharfetter, 2005) e que pode ser corrigida através da argumentação e outras técnicas (Freeman, 2007).

Os delírios são um sintoma positivo das perturbações psicóticas com a particularidade de isolarem e alienarem o doente delirante do seu meio devido às convicções (crenças) infundadas que o mantêm e que não podem ser partilhadas por terceiros acabando por isolar cada vez mais o indivíduo delirante (APA, 2000; Scharfetter, 2005).

O delírio não é uma entidade isolada e estanque, o aprofundar do conhecimento das várias dimensões e fatores da sua formação e manutenção permite perceber que os delírios são na verdade entidades contínuas e multifacetadas que evoluem segundo vários fatores numa estrutura hierárquica (Freeman, 2007), que podem abranger a população não clínica (Freeman et al., 2002; Freeman, 2006; Freeman, 2007), os quadros psicóticos breves e com boas perspetivas de remissão até aos quadros continuados de esquizofrenia (APA, 2000).

SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA

Segundo a DSM-IV (APA, 2002) o delírio é considerado uma crença pessoal que não é verdadeira e é baseada em inferências acerca da realidade externa que não são partilhadas pelos membros do grupo cultural ou subcultural do indivíduo delirante (como no caso das crenças religiosas). Esta crença vai obedecer a um tema dominante que poderá ser persecutório, religioso, de grandeza, somático ou de autorreferência (APA, 2002) segundo as crenças que lhe dão origem (Freeman, 2006).

Quando o tema dominante é de cariz persecutório as “ideias” que estão na sua base são na realidade crenças do género de ameaça muito similares às presentes nas perturbações do espectro da ansiedade (Freeman et al., 2002; Green et al., 2006; Wells, 2003) que se distinguem destas porque no caso do indivíduos com delírios persecutórios estas crenças envolvem a ideia de que existe um perpetrador que pretende prejudicar o indivíduo (Freeman, 2007).

Estas crenças causam um sofrimento considerável ao indivíduo que geralmente acredita estar a ser seguido, humilhado, atormentado, espiado ou envolvido numa armadilha (APA, 2000) e acabam por comprometer o bem-estar do indivíduo, sobretudo se associadas a uma introspeção cognitiva pobre (Valiente et al., 2012).

É muitas vezes difícil determinar se o conteúdo das ideias delirantes que estão na base da formação destes delírios é de fato implausível e bizarro (APA, 2000). Como defende Freeman e colaboradores (2005) a ideação paranoide pode de alguma forma, ter um carácter adaptativo na medida em que nos vai permitir antecipar interações potencialmente prejudiciais e, por si só, não é problemática. Na verdade nem todos os nossos amigos o são de fato e existem ruas realmente perigosas para se caminhar durante a noite (Freeman et al, 2005). No caso das crenças delirantes do tipo persecutório, estas crenças de ameaça tornam-se irrealistas e inadequadas à situação

SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA

real, daí que definir o delírio, as suas dimensões e as crenças que estão na sua origem pode ajudar o clínico a perceber até que ponto estas ideias são irrealistas e a argumentar com a pessoa delirante no sentido de aprofundar a sua consciência cognitiva e ajudar a mudar os enviesamentos e mecanismos responsáveis pela sua formação e manutenção (Bentall et al., 2001; Freeman et al., 2002; Jones & Fernyhough, 2008; Wegner, 1996; Wells, 2003).

A natureza complexa do delírio tem suscitado dificuldades na sua definição e criado a necessidade de uma definição mais precisa dos seus sintomas e processos para que se possa praticar uma prática clínica mais eficaz e adaptada à especificidade do delírio de cada paciente. Esta necessidade tem levado ao desenho de modelos cada vez mais completos da sua formação e manutenção do delírio (Davies, Coltheart, Langdon, & Breen, 2001; Freeman et al., 2002; Freeman, 2007).

Segundo o modelo heurístico de Bentall (1990 citado por Freeman, 2002) para que se forme uma crença é necessário que se perceção e direcione a atenção para a informação relevante acerca da crença, após a perceção de um evento ou de uma serie de eventos importantes para a formação da crença o individuo vai recorrer fazer determinadas inferências para extrair o seu significado e importância e por fim a procura de informação adicional vai fazer com que esta crença seja aceite, refutada ou modificada.

Bentall e colaboradores (2001) aplicaram esta conceptualização de formação das crenças delirantes a um modelo específico baseado na atribuição causal dada aos eventos que por sua vez influenciará as autorrepresentações do individuo influenciando as suas futuras atribuições determinando o seu enviesamento. Segundo este modelo, os delírios persecutórios assumem a forma de “defesa psicológica” contra uma possível

SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA

ameaça e afetos que dela decorrem levando o indivíduo a atribuir à situação e ao outro a responsabilidade dos eventos sentidos (Bentall et al., 2001).

O modelo bifatorial de Davies, Coltheart, Langdon, & Breen (2001 citados por Jones & Fernyhough, 2008) vem explicar outros possíveis processos envolvidos na formação e manutenção dos delírios persecutório defendendo que os delírios se formam e são mantidos num processo de dois estágios.

Segundo este modelo cada estágio está relacionado com défices cognitivos e enviesamentos próprios que vão determinar o desenvolvimento das crenças delirantes. Num primeiro momento há um despoletar de um pensamento intrusivo que não é justificado pelas circunstâncias e vai dar origem ao segundo estágio que será a adoção sem crítica de uma crença delirante a partir do pensamento implausível. Este segundo estágio propõe que as crenças delirantes formam-se e são mantidas através do recurso à supressão de pensamentos ego-distónicos que por sua vez se revelam de tal forma ameaçadores para com a manutenção de uma autoimagem positiva que emergem sob a forma de crenças delirantes do tipo persecutório (Davies, Coltheart, Langdon, & Breen, 2001 citados por Jones & Fernyhough, 2008).

A evidência tem demonstrado que o delírio, apesar de emergir desta necessidade de proteção contra a ameaça e afetos negativos falha nessa função, estudos têm verificado que indivíduos delirantes com melhoria após tratamento psicológico não apresentam diminuições de autoestima nem aumentos nos valores de depressão (Chadwick & Lowe, 1994; Freeman et al., 1998 citados por Freeman, 2002).

Freeman e colaboradores (2002) sugeriram na linha dos autores anteriores um modelo cognitivo de antecipação da ameaça para explicar formação dos delírios persecutórios que parte da ideia da aceitação sem crítica da ideia/evento implausível

SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA

proposta por Davies, Coltheart, Langdon, & Breen (2001) e defende que os fatores que determinam esta aceitação vão ser as experiências anómalas tais como as alucinações, o uso de drogas recreativas, disfunções cognitivas orgânicas, os processos afetivos, especialmente ansiedade, preocupação e sensibilidade interpessoal, os enviesamentos de argumentação, sobretudo de confirmação de crenças, os cognitivos tais como o *jump into conclusions bias*, a inflexibilidade da crença e os fatores sociais como o isolamento e o trauma.

Segundo este modelo existe um evento desencadeador do delírio, tal como um acontecimento de vida, o uso de droga ou outra ocorrência stressora que vai excitar o individuo e que pode ser agravada por problemas no sono, ou ter comorbilidades com um historial de perturbações da ansiedade ou depressão dando origem a um estado confusional responsável por novas experiencias percetuais anómalas que vão desencadear três tipos de resposta: A ativação direta de mais perceções anómalas, a ativação de emoções negativa e crenças congruentes com estas emoções, e por a ativação de vieses cognitivos pré-existentes (Freeman et al., 2002).

Estas novas perceções anómalas podem ser, por exemplo, o individuo sentir que os seus pensamentos são vozes provenientes do exterior ou as suas ações não estão a ser executadas por si que se revelam ainda mais ameaçadoras e podem passar a integrar e direcionar a procura do seu significado por parte do individuo que vai recorrer à parte de conhecimento da metacognição para ter acesso às crenças pré-existentes acerca de si mesmo, dos outros e do mundo (Freeman, 2002).

A informação pré-existente a que o individuo vai recorrer vai determinar outras crenças como a crença sobre a possibilidade de se estar louco e vai condicionar os vieses atribucionais no sentido de culpar os outros e o mundo pelas experiencias anómalas de

SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA

forma a conservar uma autoimagem positiva (Kinderman & Bentall, 1997 citados por Freeman et al., 2002) comprometendo igualmente os enviesamentos de *reasoning* (argumentação interna) tais como o *jump into conclusions bias* (que vai influenciar a quantidade de informação a ser recolhida pelo individuo não permitindo que este elabore metacognitivamente a informação) (Freeman, 2007) e o enviesamento de personalização que pode levar o individuo a personalizar eventos neutros (Freeman et al., 2005; McKay, Langdon & Coltheart, 2005).

As emoções têm vindo a revelar-se um fator crucial neste processo uma vez que são fatores importantes na interpretação que a pessoa faz do meio e das suas experiências e acabam por reforçar as experiências anómalas e propiciar a criação de novas crenças e enviesamentos congruentes com os estados de humor depressivos e ansiosos que estas experiências geram (Freeman, 2007).

Freeman (2007) hipotetiza que a ansiedade seja o fator crucial na formação das crenças delirantes do tipo persecutório. A ansiedade centra-se na ideia de impossibilidade de evitar um perigo e gera um estado de constante antecipação, uma vez que as crenças e os delírios vão ser congruentes com este estado de humor hipotetiza-se que os delírios persecutórios emergam, sobretudo destas crenças de ameaça (Freeman et al., 2007; Jones & Fernyhough, 2008).

Por fim, a ansiedade e os afetos negativos sentidos pelo individuo levam-no a adotar uma série de comportamentos de segurança como as agressões ou os comportamentos de evitamento e fuga, por exemplo, que se acabam por revelar pouco adaptativos e ameaçadores para o outro e comprometem ainda mais o seu funcionamento social (Green et al., 2006) acabando por influenciar negativamente o seu estado de humor e agravar as crenças uma vez que o individuo é impedido de partilhar ideias e rever

SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA

conceitos (Freeman, 2002).

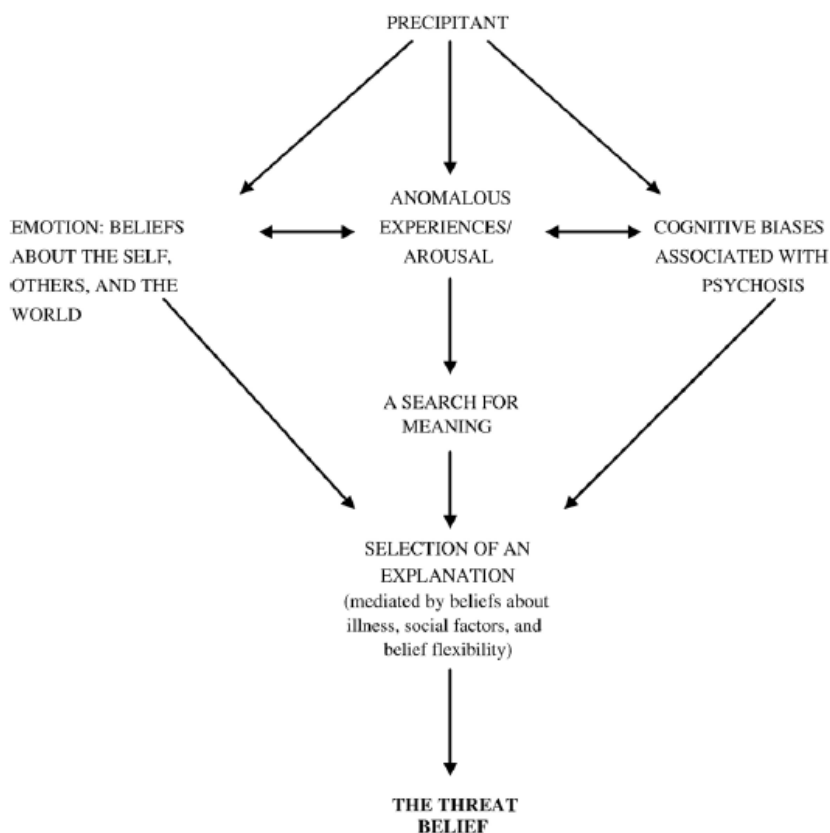


Figura 2.1. – Modelo de formação de crenças delirantes do tipo persecutório proposto por Freeman, et al., 2002 e Freeman, 2007.

Segundo este modelo as crenças delirantes são mantidas numa estrutura hierárquica assente em crenças aparentemente “inofensivas” presentes na população em geral que evoluem para crenças cada vez mais implausíveis e inflexíveis mediante estes fatores (Freeman et al., 2002; Freeman, 2007),

Devido a esta evolução hierárquica estas crenças podem ser encontradas, de uma forma menos severa, na população em geral (Freeman, 2006; Freeman, 2007) e estima-se que cerca de 10% a 15% da população não clínica tenha este tipo de crença, ainda que desta população apenas 1% a 3% dos indivíduos apresentem delírios realmente graves (Freeman, 2006).

SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA

Para sustentar esta ideia Freeman (2006) realizou uma revisão de 15 estudos que verificaram que a presença das crenças delirantes na população em geral é maior do que as taxas de perturbações psicóticas na população e que os delírios podem ocorrer em indivíduos sem qualquer tipo de psicose.

Outro estudo de Verdoux e colaboradores (1998 citados por Freeman, 2006) verificou a presença de crenças delirantes em uma amostra constituída pelos 1053 pacientes de 31 médicos de clinica geral na Nova Zelândia permitiu concluir que as crenças mais frequentes nesta população eram de que as pessoas não seriam o que aparentavam, que o individuo já tinha experimentado a comunicação telepática, que eventos do dia-a-dia tinham um significado duplo e que existiriam forças ocultas a trabalhar no mundo.

Devido a este *continuum* hierárquico em que as crenças evoluem, estas crenças são difíceis de detetar inicialmente parecendo inicialmente razoáveis e à medida que evoluem tornam-se mais inflexíveis e difíceis de ser alteradas (Freeman, 2006). Esta inflexibilidade da crença vai ser a base da resistência à mudança destas ideias delirantes e compromete três componentes de mudança: A aceitação da possibilidade de estar errado, a identificação de uma resposta alternativa às experiências alucinatórias e a mudança da convicção face a esta nova explicação (Garety et al, 2014).

Estas crenças podem ser definidas pelas seguintes características: São implausíveis, isto é, tendem a distorcer e aumentar a realidade causam sofrimento e preocupação, são resistentes à mudança, são difíceis de ser partilhadas por terceiros, são fortemente enraizadas (o individuo tem 100% de convicção de estar certo nas suas crenças), não têm fundamentação no real e acabam por comprometer o funcionamento social do individuo (Freeman, 2007). E associam-se a outras crenças metacognitivas acerca da

SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA

perigosidade e incontrollabilidade dos pensamentos (Laroi & van der Linden, 2005), de que o indivíduo é mau, ou não é capaz (Freeman, 2007).

Este tipo de crenças e experiências vão gerar uma série de novas emoções como tem vindo a ser debatido até aqui e estas emoções quando se associam ao recurso à supressão de pensamento influenciam negativamente o processo de supressão e a possível formação de novas crenças (Wegner & Zanakos, 1994; Jones & Fernyhough, 2008).

Os efeitos desta sobrecarga podem ter causas e consequências diferentes dependendo do género de emoção associada ao processo de supressão. No caso da ansiedade, acaba por se sobrepor à intenção de supressão comprometendo-a e os afetos negativos acabam por levar os processos de monitorização a procurar informação congruente com o estado de humor do indivíduo acabando por o agravar como iremos explicar mais detalhadamente no capítulo seguinte (Wegner, Erber & Zanakos, 1993; Wegner & Zanakos, 1994).

Neste sentido Jones & Fernyhough (2008) hipotetizaram que a supressão de pensamento teria um papel importante na formação e manutenção das crenças delirantes do tipo persecutório e desenharam o primeiro estudo correlacional para verificar se o recurso à supressão de pensamento em interação com outros fatores importantes neste processo como os níveis elevados de afeto negativo e ansiedade seria um preditor da formação e manutenção destas crenças abrindo caminho para o estudo mais aprofundado do papel da supressão de pensamento nestes modelos.

3. Supressão de Pensamento

3.1. A Supressão de Pensamento. A supressão de pensamento é uma estratégia

SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA

voluntária de controlo de pensamentos indesejáveis que por implicar um acréscimo de carga cognitiva acaba por resultar exatamente no oposto do pretendido (Wegner, Schneider, Carter III & White, 1987).

Apesar dos efeitos do recurso à supressão de pensamento sempre terem despertado o interesse da psicologia foi com Wegner e seus colaboradores em 1987 que se desenhou a primeira situação experimental conduzida em laboratório para a supressão de pensamento e a sua influência na persistência de pensamentos indesejados (Wegner et al., 1987).

No primeiro momento desta experiência foi pedido a um grupo de participantes que verbalizassem continuamente o seu pensamento para um gravador enquanto suprimiam ou exprimiam abertamente o pensamento acerca de um urso branco. Aos participantes a quem foi pedido que suprimissem os pensamentos acerca do urso branco foi-lhes também pedido que tocassem uma campainha de cada vez que lhes ocorresse esse pensamento. Foram mantidos registos das ocorrências da campainha quando era tocada simultaneamente, isoladamente, ou era omissa na presença do pensamento alvo. Num segundo momento foram invertidas as ordens de supressão/ expressão mantendo-se a ordem de tocar a campainha sempre que ocorresse o pensamento alvo (Wegner et al., 1987).

Os sujeitos a quem foi pedido primeiro que suprimissem o pensamento acerca do urso branco não sentiram maiores dificuldades em expressá-lo abertamente no segundo momento desta investigação, e os sujeitos a quem foi pedido inicialmente para expressar abertamente o pensamento não o fizeram com maior facilidade na segunda condição experimental. Uma vez que não existiram diferenças a este nível concluiu-se que então que a operação de expressão ou de supressão de um determinado pensamento não

SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA

implica uma maior mestria no controle deste pensamento (Wegner et al., 1987).

Permitiu perceber também que no período de supressão a ideia do urso branco continuou a aparecer no fluxo da consciência (cerca de uma vez por minuto) apesar das tentativas de supressão e que quando os sujeitos eram convidados a exprimir abertamente a ideia do urso branco no período pós-supressão esta ideia afluía com mais intensidade à consciência (Wegner et. al., 1987).

Wegner e colaboradores (1987) concluíram que o recurso à supressão de um determinado pensamento implica que este emergja novamente com mais intensidade no momento de supressão uma vez que procuramos continuamente o motivo pelo qual estamos a tentar não pensar em nada.

Wegner e seus colaboradores (1987) levaram a cabo um segundo momento experimental para verificar se a distração focalizada num outro pensamento poderia minorar os efeitos da supressão. Nesta experiência foi pedido a outro grupo de estudantes universitários que foram divididos em três grupos. Dois grupos replicaram as condições da experiência 1 e o terceiro grupo era idêntico ao grupo de condição de supressão inicial com uma diferença apenas. Este grupo deveria adotar uma estratégia de distração focalizada durante o período de supressão pensando num Volkswagen vermelho. Foi-lhes igualmente instruído que se pensassem no urso branco deveriam pensar no Volkswagen vermelho. Foram mantidos os registos da campanha como na experiência anterior (Wegner et al., 1987).

Em qualquer uma das condições o pensamento acerca do urso branco continuou a ser difícil de suprimir e em todas as condições os sujeitos relataram a sua afluência à consciência de minuto a minuto permitindo perceber que tentar suprimir pensamentos indesejáveis não nos torna melhores nessa tarefa e que muitas vezes essas tentativas de

SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA

supressão acabam por resultar exatamente no oposto do pretendido (Wegner & Zanakos, 1994).

Desta primeira experiência de Wegner e colaboradores (1987) nasceu um novo paradigma, denominado de paradigma do urso branco, em referência a uma história relatada pelo escritor russo Tolstoi em que pedia ao seu sobrinho que não pensasse num urso branco, o que se revelava infrutífero, uma vez que era exatamente sobre o urso branco que a criança tentava não pensar. Este novo paradigma serviu de ponto de partida para o estudo da relação da supressão de pensamento com a psicopatologia (Magee, Harden e Teachman, 2012) e para a elaboração da teoria dos efeitos irónicos (Wegner, 1994) que vamos explicar mais detalhadamente em seguida.

3.2. Teoria dos processos irónicos.

A teoria dos processos irónicos que emergiu do estudo dos efeitos paradoxais da supressão de pensamento e vem defender que “os processos que penalizam o controlo deliberado dos estados mentais são inerentes a esse mesmo exercício de controlo” (Wegner, 1994, p. 34) e em condições que possam reduzir a capacidade do processamento cognitivo o recurso à supressão de um pensamento implica uma sobrecarga destes processos acabando por resultar exatamente no oposto do pretendido (Wegner & Zanakos, 1994).

Wegner & Zanakos (1994) perceberam que as nossas tentativas de mestria sobre um pensamento incómodo, seja este pensamento controlar aquela vontade de fumar, obrigarmo-nos a não olhar para a vizinha do lado ou a relaxar para conseguir dormir resultam em, não um, mas dois processos mentais ativos e opostos, que vão determinar o frequente (in) sucesso desta tentativa inicial de controlo.

SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA

Este frequente insucesso não é resultado de alguma falta de competência nossa, mas sim, de processos de monitorização paralelos, paradoxais e involuntários, inerentes ao próprio processo de supressão que minam as nossas intenções de controlo ao atuarem no sentido oposto à nossa intenção inicial (Wegner, 1994).

Segundo esta teoria a tentativa de supressão de um determinado pensamento implica que se mude o foco da atenção de um estímulo inicial para outro estímulo distrator. Esta mudança de foco vai iniciar um processo “operativo” deliberado de procura de conteúdos mentais consistentes com esta intenção que vão permitir manter a operação de supressão. Paradoxalmente, é, involuntária e inevitavelmente, iniciado um processo operacional paralelo de monitorização com uma natureza totalmente diferente do processo de supressão que vai procurar conteúdos mentais que possam compromê-lo (Wegner, 1994; Wegner, Wenzlaff e Kozak, 2004).

Em situações de *stress* ou de sobrecarga dos processos cognitivos como é o caso de estados de humor disfórico, sobrecargas ansiogénicas, sobrecargas farmacológicas ou outro tipo de stressor, este processo paralelo acaba por penalizar o processamento operativo do sujeito porque se “autoimpõe” (*self-load*) uma carga mental excessiva. O resultado desta sobrecarga (*overload*) vai propiciar a que o processo paralelo de monitorização se sobreponha no sistema influenciando as suas respostas o que por sua vez vai resultar numa série de resultados irónicos tais como um efeito de aprimoramento imediato da informação a suprimir, um efeito de ricochete no período pós-supressão e um efeito de aprimoramento da informação suprimida no sistema cognitivo (Wenzlaff & Wegner, 2000).

Wegner (1997) defende que estes efeitos podem estar na base da psicopatologia porque o indivíduo doente sucumbe ao ciclo de tentativa de supressão e sobrecarga

SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA

acabando por construir novas rotinas de pensamento menos adaptativas.

3.3. Efeitos paradoxais da supressão de pensamento.

Os investigadores têm vindo a descobrir três efeitos paradoxais da supressão de pensamento. Um efeito imediato da frequência do pensamento a suprimir à consciência no momento de supressão. Este efeito foi o primeiro a ser observado por Wegner e colaboradores (1987) que perceberam que a tentativa de suprimir um pensamento acaba por ter um efeito paradoxal imediato de aumento do fluxo desse pensamento à consciência (Wegner et al., 1987; Wenzlaff & Wegner, 2000).

Um efeito de ricochete pós-supressão que se vai dever ao processo de monitorização involuntário que penaliza os recursos cognitivos do sujeito acabando por deixar mais espaço livre para que os pensamentos suprimidos possam emergir automaticamente (Wenzlaff & Wegner, 2000). Este efeito pode ser encontrado muito tempo depois do período de pós-supressão (Borton & Casey, 2006) e tem uma natureza automática e independente que tem vindo a ser verificada através de tarefas de acessibilidade cognitiva imediata como é o caso das *stroop tasks* e através do um aumento na frequência de pensamentos suprimidos de uma forma recorrente mesmo durante o período de sonho (Wegner, Wenzlaff e Kozak, 2004).

Ainda assim este carácter automático do *rebound effect* esta dependente de outros fatores e em algumas investigações conduzidas com grupos laboratoriais este efeito paradoxal da supressão de pensamento não foi verificado (Kelly & Kahn, 1994 citados por Abramowitz, Tolin & Street, 2001). Uma metanálise conduzida por Abramowitz, Tolin & Street em 2001 concluiu que este efeito não apresenta uma magnitude tão pronunciada como se podia intuir a partir dos primeiros estudos de Wegner e

SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA

colaboradores (1987) tendo o resultado desta meta-análise de 28 estudos revelado um efeito de magnitude pequena ou moderada do efeito de ricochete da supressão de pensamento (Abramowitz, Tolin & Street, 2001).

Por fim um aumento de melhoramento da acessibilidade do pensamento suprimido designado por *immediate enhancement effect* (Wenzlaff & Wegner, 2000). Este efeito verifica-se porque o recurso continuado à supressão de pensamento acaba por deixar as suas marcas nos mapas cognitivos de cada um. Como explicam Wenzlaff & Wegner (2000) a operação de supressão de um determinado pensamento vai acabar por afetar os nossos esquemas cognitivos de uma forma continuada no tempo porque o pensamento a suprimir está constantemente a ser ativado para efeitos de monitorização. Estas sucessivas ativações, em situações de sobrecarga cognitiva tais como processos afetivos concorrentes, acabam por tornar penalizar o processo de supressão tornando o pensamento a suprimir (paradoxalmente) mais acessível aumentando com que este à consciência ou determinando o desaparecimento deste pensamento (Wenzlaff & Wegner, 2000). Este efeito tem vindo a ser verificado em doentes depressivos e ansiosos (Wegner, 1997; Wenzlaff & Wegner, 2000) porque como defendem Wegner & Zanakos (1994) a operação de supressão de pensamento conduz a uma maior acessibilidade a estímulos emocionais relacionados com esses mesmos pensamentos e a consequência desta acessibilidade crónica do pensamento problema vai ser acabar por tornar o indivíduo mais sensível aos estímulos a suprimir podendo amplificar ainda mais o problema uma vez que a sobrecarga emocional tende a aumentar os efeitos irónicos do processo de supressão.

3.4. Processos irónicos e psicopatologia.

SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA

É devido a esta possível sobrecarga que, apesar de ser uma das estratégias mais utilizadas para controlar pensamentos indesejados (Wegner & Erber, 1992), a supressão de pensamento nem sempre se revela eficaz e pode ser um preditor consistente de vulnerabilidade psicológica e emocional e um fator de manutenção da perturbação psicológica exacerbando e magnificando os sintomas que dela decorrem (Jones e Fernyhough, 2008; Purdon, 1999; Magee, Harden e Teachman, 2012, Wegner & Zanakos, 1994).

Uma meta análise conduzida por Magee, Harden e Teachman em 2012 concluiu que apesar de não se encontrarem diferenças significativas entre grupos clínicos e não clínicos relativamente ao recurso à supressão de pensamento existem diferenças relativamente ao seu papel nos diferentes quadros psicopatológicos. A supressão de pensamento relaciona-se positivamente com a depressão e as perturbações obsessivo compulsivas (Magee, Harden & Teachman, 2012), com as perturbações do comportamento alimentar (Soens & Braet, 2006) e outras perturbações relacionadas com pensamentos intrusivos (Purdon, 2004).

No entanto vários estudos têm vindo a verificar que verificou que em situações ansiogénicas a supressão de pensamento revela-se eficaz no manejo de crenças de ameaça diminuindo a recorrência dos pensamentos indesejáveis (Cogle et al., 2005; Magee, Harden, and Teachman, 2012).

Um estudo de Wegner & Zanakos (1994) em uma amostra universitária constituída apenas por não clínicos relacionou positivamente a propensão para o delírio e um subconjunto de itens da WBSI e estudos mais recentes têm vindo a clarificar melhor o papel dos fatores emocionais mediadores nesta relação como a ansiedade e afetos negativos tal como foi proposto por Wegner (1994) (Garcia-Montes, Cangas,

SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA

Perez-Alvarez, Hidalgo, & Gutierrez, 2005; Jones & Fernyhough, 2008).

4. Fatores emocionais na formação das crenças delirantes do tipo persecutório

Como tem vindo a ser explicado até aqui as emoções influenciam os nossos processos cognitivos e podem influenciar a interrupção dos nossos processos de auto-regulação cognitiva e emocional dando origem a avaliações e respostas fundamentadas nos estados emocionais e não na avaliação e interpretação racional (ou sistemática) do nosso meio (Wells, 2003).

São estas respostas e avaliações que se podem revelar inadequadas porque vão estar assentes em crenças que foram fundamentadas em (in) sucessos anteriores de manejo dos estímulos aversivos que nem sempre se revelam adaptativos (Wells, 2003).

Por exemplo no caso de um doente com ataques de pânico as suas respostas de evitamento para auto-preservação são baseadas em crenças de ameaça irrealistas que alteraram o seu autoconhecimento e enviesaram as suas possibilidades de confronto no sentido de se tornarem desadequadas (Wells, 2003).

Os fatores emocionais têm um papel cada vez mais decisivo nos modelos de conceptualização da perturbação emocional (Freeman et al., 2002; 2007; Jones & Fernyhough, 2008; Wells, 2003; Wegner, 1994) e no caso das crenças delirantes do tipo persecutório sabe-se que estas surgem como resultado das nossas preocupações emocionais (Green et al., 2006) e ansiedades interpessoais (Freeman et al., 2005) e que a forma como os indivíduos manejam a ansiedade e os afetos negativos vai ter um papel importante não só na formação do delírio como na manutenção e na convicção com que é mantido (Freeman et al., 2002; Jones & Fernyhough, 2008).

Um estudo conduzido por Green e colaboradores (2006) verificou a relação entre os

SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA

afetos negativos e comprometimento do bem-estar com o conteúdo dos delírios persecutórios de 70 pacientes clínicos sendo que quanto mais deprimido e piores níveis de bem-estar os indivíduos apresentavam mais grave eram os seus delírios. Apesar de verificarem esta relação os investigadores não conseguiram estabelecer uma relação de causalidade uma vez que se inicialmente as emoções podem ter um papel na formação do delírio acabam igualmente por ser uma consequência das experiências negativas que a pessoa delirante está a viver (Green et al., 2006).

Uma investigação de Jones & Fernyhough (2008) verificou que na presença de níveis elevados de ansiedade e afetos negativos a supressão de pensamento tem um papel preditor na formação e manutenção das crenças delirantes do tipo persecutório. Esta relação ocorre porque os nossos processos cognitivos que têm uma natureza dinâmica e não são estanques dependem igualmente dos nossos processos emocionais para funcionar (Wells, 2003).

Sabe-se que as informações emocionais enviesam as prioridades de processamento (Wells, 2003), e tal como o processo de supressão de pensamento que “obriga” involuntariamente o nosso processamento a direcionar-se na procura de material congruente com o processo de supressão (Wegner et al., 1987), também perturbam os nossos processos de atenção e monitorização face a crenças de ameaça daí que ambos os fatores estejam ligados à função de interrupção dos nossos ciclos de autorregulação de processamento cognitivo e à formação e manutenção do delírio (Freeman et al., 2002; Wells, 2003).

Os delírios persecutórios são na realidade crenças de ameaça que fazem os indivíduos adotar uma série de estratégias de segurança que não são realmente necessárias e que podem prejudicar o seu funcionamento global (Green et al., 2006)

SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA

porque estes ciclos de autorregulação passam a ser centrados na ameaça emocional, criando mais ansiedade e não na elaboração de estratégias alternativas de confronto perpetuando a perturbação (Wells, 2003).

Investigações recentes têm vindo a perceber igualmente a relação próxima de causalidade entre a ansiedade e ideação paranoide (Freeman, 2007), sabe-se que processos cognitivos na base dos medos persecutórios são muito próximos aos que estão na base da ansiedade e da depressão (Wells, 2003; Wegner, 2011) e que a preocupação pode manter as suspeições na mente e desenvolver os conteúdos persecutórios de uma forma exacerbada (Freeman, 2007).

Estudos têm confirmado que em indivíduos que acabaram por desenvolver algum tipo de psicose os níveis de ansiedade eram elevados anos antes do período de pródromo contrariando a ideia que o seu papel será apenas enquanto consequência das experiências sentidas pelos indivíduos psicóticos (Freeman et al., 2002).

Os afetos negativos por sua vez estão mais correlacionados com este tipo de crença persecutória do que com qualquer outra crença delirante (Appelbaum, Robbins, & Roth, 1999) estão associados ao mal-estar acentuado sentido pelos pacientes (Freeman et al., 2014), e apesar de não serem preditores de crenças delirantes do tipo persecutório de uma forma isolada, quando em interação com o recurso à supressão de pensamento, têm um papel preditor no aparecimento e persistência deste tipo de crença (Freeman, 2007; Jones e Fernyhough, 2008).

Os afetos negativos associam-se também negativamente com a autoestima dos indivíduos com delírios persecutórios (Freeman et al., 2014). Um estudo conduzido por Smith e colaboradores (2006) com 100 participantes com historial de recaída recente de uma psicose tentou perceber se existiria alguma relação entre os níveis de autoestima e

SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA

a depressão e os sintomas positivos da psicose. Este estudo indicou que os indivíduos com níveis mais acentuados de sintomas depressivos, autoavaliações mais negativas e piores níveis de autoestima apresentam alucinações auditivas mais severas, com um conteúdo negativo mais pronunciado e delírios persecutórios mais acentuados apresentando níveis elevados de sofrimento e preocupação.

Freeman e colaboradores (2013) propõem que estes níveis muito baixos de bem-estar em pacientes com delírios persecutórios se devem tanto às suas experiências alucinatórias como aos afetos negativos que estes pacientes sentem.

Outros estudos têm vindo a defender que as crenças delirantes do tipo persecutório são um fator de risco para a depressão em clínicos e que em doentes esquizofrénicos a depressão e o suicídio são consequências importantes da doença (Kirkpatrick et al., 1996).

Kirkpatrick e colaboradores (1996) avançam com a hipótese que os doentes com crenças delirantes do tipo persecutório tenham uma maior facilidade em evocar as memórias dos episódios que despertam a síndrome depressiva e que por outro lado os doentes depressivos são mais propensos à desconfiança ao passo que não apresentavam nenhum outro sintoma psicótico (Kirkpatrick et al, 1996).

À luz da psicologia evolucionista a depressão e as crenças delirantes do tipo persecutório têm uma raiz comum dentro das dinâmicas do *ranking* social, isto é, são ambas as formas de adaptação a um contexto social e relacionam-se na medida em que são reações a eventos adversos na infância relacionados com vergonha, *bullying*, derrotas e humilhações (Carvalho, Pinto-Gouveia, Peixoto & Motta, 2014).

A depressão poderá ser caracterizada por uma defesa involucionária resultado da perda ou redução na habilidade percebida para competir por um lugar social o que

SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA

acaba por remeter o indivíduo para uma posição subordinada (Gilbert & Hasey, 2003 citados por Carvalho, Pinto-Gouveia, Peixoto & Motta, 2014) e estes mesmos medos de rejeição estão na raiz da paranoia que é uma estratégia adaptativa ao meio social na medida em que pode detetar ameaças e antecipar as perdas (Salvatori et al, 2011 citados por Carvalho, Pinto-Gouveia, Peixoto & Motta, 2014).

Apesar de à luz do paradigma cognitivo os afetos por si só não terem um papel preditor na formação e manutenção das crenças que estão na origem dos delírios persecutórios sabe-se que em interação com o recurso à supressão de pensamento pode contribuir para a sua formação e manutenção (Freeman, 2007; Jones & Fernyhough, 2008).

As emoções determinam negativamente a escolha das nossas estratégias de controlo mental (Wells, 2003; Wenzlaff, Wegner & Rope, 1988) e desencadeiam crenças e pensamentos congruentes com o nosso estado de humor. No caso de indivíduos deprimidos estas emoções tornam os pensamentos negativos mais acessíveis à consciência porque estão continuamente a ser ativados, e ainda que o indivíduo tente de algum modo distrair-se deste tipo de pensamento, o efeito de aprimoramento debaixo de carga cognitiva em concordância com os estados de humor acaba por minar, muitas das vezes, estas tentativas (Wenzlaff, Wegner & Rope, 1988; Wenzlaff & Wegner, 2000).

Este efeito pode explicar porque que os indivíduos que recorrem à supressão de um determinado pensamento experimentam mais frequentemente a intrusão desse pensamento juntamente com a ansiedade e afetos negativos associados (Borton & Casey, 2006).

Tem vindo a ser hipotetizado que indivíduos com níveis elevados de ansiedade e depressão têm uma menor habilidade para suprimir pensamentos e recorrem mais

SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA

frequentemente a esta estratégia de controlo mental (Wegner & Zanakos, 1994) e que estes afetos penalizam o processo de supressão (Wenzlaff, Wegner & Roper, 1988).

A supressão de pensamento aumenta a acessibilidade do pensamento negativo e quando experimentamos afetos negativos tendemos a suprimir os pensamentos relacionados com a emoção associada. Este ato de supressão vai implicar que, após o período de supressão, estes pensamentos possam emergir de uma forma mais acentuada (Beevers & Meyer, 2007).

Uma experiência conduzida por Beevers & Meyer (2007) tentou determinar se o efeito de ricochete se verificava quando os indivíduos experienciam um humor disfórico aumentando a frequência de pensamentos negativos após o período de supressão.

Nesta experiência os sujeitos foram distribuídos em dois grupos: o grupo de controlo e o grupo a quem foi induzido um estado de humor disfórico. Foi dada aos participantes uma instrução de supressão de pensamentos negativos ou então nenhuma instrução durante uma tarefa de escrita livre durante 6 minutos (Beevers & Meyer, 2007).

Os resultados apontam que a supressão de pensamento aumentou a frequência de pensamentos negativos mesmo após a dissipação do humor disfórico (Beevers & Meyer, 2007).

A relação entre ansiedade e supressão de pensamento na emergência da perturbação mental tem vindo a ser igualmente estudada, Freeman e colaboradores (2002; 2007) propõem que é um constructo fulcral na emergência do delírio, e Wegner defendeu que a ansiedade aumenta a carga cognitiva associada ao processo de supressão de pensamento resultando nos efeitos irónicos desta operação. No entanto um estudo de Cogle e colaboradores (2005) verificou que o recurso à supressão de pensamento debaixo de uma carga ansiogénica não aumenta a frequência de pensamentos indesejados

SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA

relacionados com a ameaça. Nesta investigação os sujeitos foram divididos entre quatro condições: com instrução de supressão de pensamento/ discurso antecipatório, com instrução de supressão de pensamento/ sem discurso antecipatório, sem instrução de supressão de pensamento/ com discurso antecipatório e sem instrução de supressão de pensamento e sem discurso antecipatório.

Contrariamente ao que se tem vindo a hipotetizar que a supressão de pensamento debaixo de cargas ansiogénicas produziria um aumento da emergência dos conteúdos a suprimir (Wegner, 1994; 1997) este estudo verificou que os indivíduos em condições de maior ansiedade reportavam menos pensamentos ansiosos do que os de grupo de controlo.

Um estudo correlacional de Jones & Fernyhough (2008) foi o primeiro a relacionar o recurso à supressão de pensamento com a formação e manutenção das crenças delirantes do tipo persecutório em não clínicos hipotetizando na linha de autores como Freeman (2001; 2007) e Wegner (1994) que este papel preditor só ocorreria na presença de níveis elevados de afetos negativos e ansiedade. Este estudo será o ponto de partida do nosso estudo em que pretendemos verificar se este papel preditor se verifica em uma população universitária portuguesa.

Parte II – Objetivos do estudo

6. Objetivos gerais e específicos do estudo e hipóteses da investigação

Estabeleceu-se como objetivo geral desta investigação verificar se existe uma correlação positiva entre supressão de pensamento e crenças delirantes do tipo

SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA

persecutório, e se esta correlação positiva ocorre de forma isolada ou se apenas ocorre na presença de níveis elevados de ansiedade e/ou de afetos negativos.

Tendo em conta este objetivo geral estabeleceram-se então os seguintes objetivos específicos:

Objetivo 1- Dado que a supressão de pensamento se associa com as crenças delirantes do tipo persecutório em não clínicos (Jones & Fernyhough, 2008) vão verificar se esta correlação positiva ocorre de uma forma isolada quando controlamos a ansiedade e os afetos negativos numa regressão linear multi-hierarquica.

Objetivo 2- Partindo da proposição de que a ansiedade tem um papel importante nesta relação (Freeman, 2007) vamos verificar se existe uma interação de segunda ordem entre supressão de pensamento, ansiedade e delirantes do tipo persecutório.

Objetivo 3- Como os afetos negativos desempenham igualmente um papel importante na relação entre supressão de pensamento e crenças delirantes do tipo persecutório (Jones & Fernyhough, 2008) vamos verificar se uma interação de segunda ordem entre afetos negativos, supressão de pensamento e crenças delirantes do tipo persecutório.

Objetivo 4- Como quarto objetivo vamos verificar se este papel preditor se verifica numa interação de terceira ordem entre ansiedade, afetos negativos e supressão de pensamento.

Objetivo 5 – Para garantir que os dados não seriam contaminados pela desejabilidade social vai-se verificar se o enviesamento de desejabilidade social será um preditor dos resultados obtidos na escala de medição da ideação paranoide, a *General Paranoia Scale* [GPS].

Tendo em conta os objetivos estabelecidos estabeleceram-se então as seguintes hipóteses:

SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA

H0- Não existe qualquer relação entre ansiedade, afetos negativos, supressão de pensamento e as crenças delirantes do tipo persecutório.

H1- Quando a ansiedade e afetos negativos são controlados através de uma regressão linear múltipla, a supressão de pensamento não explica uma única variância das crenças delirantes do tipo persecutório.

H2- A interação de segunda ordem entre ansiedade e supressão de pensamento é um preditor de crenças delirantes do tipo persecutório.

H3- A interação de segunda ordem entre afetos negativos e supressão de pensamento é um preditor de crenças delirantes do tipo persecutório.

H4- Uma interação de terceira ordem entre ansiedade, afeto negativo e supressão de pensamento será um preditor mais consistente de crenças delirantes do tipo persecutório do que as interações bidirecionais explicitadas nas hipóteses anteriores.

H5- Dado que a desejabilidade social poderia contaminar as respostas relativas à ideação paranoide dadas pelos participantes a nossa última hipótese será que os resultados obtidos na MC-SDS não são um preditor de resultados obtidos na escala GPS.

Parte III - Método

7. Participantes

Participaram nestes estudos 185 alunos da Universidade do Algarve dos quais foram selecionados para o presente estudo 181 alunos que garantiam os requisitos pretendidos (população universitária composta por não clínicos a estudar na Universidade do Algarve). Destes 181 alunos 65 são homens (34.8%) e 116 mulheres (64.1%) com idades compreendidas entre os 18 e os 55 anos e uma média de idades

SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA

situada nos 23.961 anos (SD 6.7308).

109 alunos encontravam-se em 2012 a frequentar uma licenciatura (60.2%), 70 a frequentar um curso de mestrado (38.7%) e 3 a frequentar um curso de doutoramento (0.6%). Apenas um dos alunos encontrava-se a frequentar um curso de especialização tecnológica [CET] (0.6%).

8. Instrumentos

8.1. Questionário de Dados Sociodemográficos. Foi utilizado um questionário breve para determinar os dados sociodemográficos relevantes para a caracterização da população em estudo. Os participantes foram inquiridos acerca da sua idade, sexo, localização geográfica e habilitações literárias (Anexo 3).

8.2. Supressão de pensamento - White Bear Suppression Inventory [WBSI].

A WBSI (Wegner & Zanakos, 1994 adaptado ao português por Jiménez – Ros) é uma escala de autorresposta composta por 15 itens que mede diferenças entre indivíduos no que respeita à tendência para recorrer à supressão de pensamentos negativos em diversas situações e tópicos de pensamento (Wegner & Zanakos, 1994).

Esta escala foi validada por Wegner & Zanakos (1994) que consideraram que a supressão de pensamento enquanto variável de autorresposta apresenta os mesmos resultados que os dados recolhidos em situações laboratoriais de instrução de supressão de pensamento.

A versão original de Wegner & Zanakos (1994) foi igualmente testada em diferentes amostras apresentando Alfas de Cronbach que se situaram entre o .89 e o .87. A versão

SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA

utilizada nesta investigação foi traduzida para a população portuguesa pela Professora Antonia Maria Jiménez Ros da Universidade do Algarve e ainda está em preparação para publicação (Anexo 4).

No presente estudo foi encontrado um grau de fiabilidade de .93 para os 15 itens que compõem a escala.

8.3. Ideação Paranoide - General Paranoia Scale [GPS]. A GPS (versão portuguesa de Lopes & Pinto Gouveia, 2005) é composta por 20 itens de autorresposta que vão do 1 (Nunca) aos 5 (Sempre).

A escala pretende avaliar a ideação paranoide em população não clínica através das seguintes características: A crença de que outra pessoa, ou uma influência externa muito forte, comanda os pensamentos e comportamentos do indivíduo, a crença de que existe uma conspiração contra si, isto é, que outros trabalham de forma conjunta numa conspiração contra o indivíduo, a crença de que se esta a ser espiado ou a ser comentado de forma pejorativa por terceiros fora da sua presença, Uma suspeita geral no que concerne aos outros e falta de confiança no outro e a presença de sentimentos de ressentimento (Anexo 5).

Os resultados obtidos nesta escala variam do 20 ao 100. Maiores pontuações indicam uma maior ideação paranoide.

A versão portuguesa desta escala está em preparação por Lopes e Pinto Gouveia da Universidade de Coimbra.

O Alfa de *Cronbach* da nossa amostra foi de .91.

8.4. Desejabilidade Social - Marlowe-Crowne Social Desirability Scale [MC-SDS].

SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA

Neste estudo a MC-SDS (Crowne & Marlowe, 1960; Almiro, Simões & Sousa, 2012) vai permitir controlar os níveis de desejabilidade social de forma a garantir a validade dos dados recolhidos (Anexo 6).

A MC-SDS é uma escala composta por 33 itens de autorresposta que vão do 1 “concordo totalmente” aos 7 “discordo totalmente”.

Esta escala é usada para medir a desejabilidade social independentemente da psicopatologia. Pode-se definir a desejabilidade social como a tendência que os sujeitos têm para dar respostas socialmente aceitáveis e evitar respostas consideradas socialmente inaceitáveis (Anexo 7).

Os resultados podem ir de 0 a 33 pontos com pontuações mais altas a indicar uma maior tendência para dar respostas socialmente aceitáveis.

No presente estudo a escala apresentou um Alfa de *Cronbach* de .76.

8.5. Ansiedade e Depressão - Hospital Anxiety and Depression Scale [HADS].

A HADS (Snaithe & Zigmond, 1994; Pais-Ribeiro, Silva, Ferreira, Martins, Meneses & Batar, 2006) tem como objetivo discriminar mudanças nos estados emocionais dos pacientes em *setting* hospitalar. Devido a ter sido desenhada para ser usada em contexto hospitalar e não clínico a HADS é aconselhável apenas em situações de triagem em populações não clínicas dado que não tem capacidade de discriminar perturbações mais graves como a Depressão Major.

A escala é composta por 14 itens separados em duas subescalas com 7 itens cada que podem ser cotadas separadamente e discriminam sintomas ansiosos e sintomas depressivos (Anexo 8).

Cada item é respondido numa escala ordinal de 4 níveis de resposta que vai de 0 a

SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA

4 e no total serão necessários 2 a 5 minutos para responder à escala completa.

Os resultados obtidos indicam a presença de estados emocionais ansiosos ou depressivos e podem ir de 0 a 21 pontos em cada uma das subescalas.

Uma pontuação entre 0 e 7 pontos indica “normalidade”, 8 a 10 pontos “presença suave”, de 11 a 14 pontos “presença moderada” e de 15 a 21 pontos “presença severa”.

A adaptação à população portuguesa desta escala apresentou alfas de Cronbach de .76 para a subescala de ansiedade e de .81 para a subescala de depressão (Pais-Ribeiro, Silva, Ferreira, Martins, Meneses & Batar, 2006).

8.6. Afetos Negativos - *Positive and Negative Affect Schedule* [PANAS]. A PANAS (versão portuguesa de Galinha & Ribeiro, 2005) foi construída como instrumento de medida de afetos negativos e positivos e é constituída por vinte descritores de afetos.

Dez destes descritores correspondem a emoções positivas (subescala emoções positivas) e os restantes dez referem emoções negativas (subescala emoções positivas).

As respostas são registadas utilizando cinco níveis de resposta que vão do 1 (nada ou muito ligeiramente) até ao 5 (extremamente) (Anexo 9).

Neste estudo utilizamos apenas a subescala de afetos negativos.

A escala apresentou um Alfa de Cronbach .90 no nosso estudo.

9. Procedimentos

9.1. Procedimentos de recolha de dados.

Os instrumentos de avaliação foram agregados num só documento de recolha de dados em formato eletrónico e este documento ficou disponível no domínio virtual *Google Forms* durante o momento de recolha de dados.

SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA

O consentimento informado foi apresentado no início do momento de recolha de dados pretendendo-se assim garantir que os sujeitos são indivíduos maiores de idade e que participaram de livre vontade na presente investigação.

Optou-se igualmente por aplicar o mesmo carácter de obrigatoriedade a todas as outras questões do formulário de forma a garantir a validade interna da investigação. Caso o participante omitisse alguma questão durante a aplicação dos questionários, no momento de prosseguir para o próximo questionário ou de finalizar a recolha de dados tal não o era permitido até a compleição da resposta em causa.

Foi enviada ao Exm^o Sr. Reitor da Universidade do Algarve e aos diretores de cada uma das faculdades da Universidade do Algarve uma carta através de correio eletrónico em que constava um pedido formal de recolha de dados na Universidade (Anexo 1) e o link (endereço virtual no *Google forms*) onde foi possível aceder ao formulário *online*.

Considerou-se a data de início de recolha de dados o dia 20 de Dezembro de 2014 e a data final de recolha de dados o dia 09 de Fevereiro de 2014.

9.2. Procedimento de análise de dados.

Procedeu-se à análise estatística usando o PAWS (Predictive Analytics Software, version 20.0, SPSS, Chicago, Il, USA) para PC e estabeleceu-se uma árvore de decisão dos procedimentos baseada nas propriedades das escalas utilizadas.

O estudo tem como variável dependente ou variável predita as crenças delirantes do tipo persecutório, e como variáveis independentes a supressão de pensamento, a ansiedade e os afetos negativos. Partindo da premissa de que as crenças delirantes do tipo persecutório podem ser encontradas na população não clínica (Freeman, 2006) recorreu-se a uma amostra universitária constituída por não clínicos para observar a

SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA

relação entre a presença das crenças delirantes do tipo persecutório (variável quantitativa discreta), o recurso à supressão de pensamento (variável quantitativa discreta), a ansiedade (variável quantitativa discreta) e os afetos negativos (variável qualitativa).

O presente estudo é uma investigação correlacional (método diferencial), onde não se vão manipular as variáveis mas sim observar uma a relação entre as variáveis preditora e predita através de um coeficiente de correlação. Existindo esta correlação vamos determinar se esta é positiva ou negativa e qual a sua magnitude. Este coeficiente de correlação vai-nos explicar a grandeza estatística entre estas variáveis e deve ser interpretado segundo a sua direção (sentido positivo +1 neutro 0 ou negativo -1 da relação entre as variáveis) e magnitude (força desta relação) (Almeida & Freire, 2000).

Num primeiro momento procedeu-se à exploração da possível relação entre as variáveis em estudo através do índice de correlação de *Pearson*. O índice de correlação bivariada de *Pearson* é um coeficiente de correlação paramétrico que só pode ser utilizado quando analisamos variáveis quantitativas de nível intervalar ou superior. Obteve-se o valor do coeficiente de correlação (R) assim como o seu quadrado (R²). Este quadrado será o coeficiente que vai determinar a força da correlação explicando quanto da percentagem da variância de uma variável pode ser explicada pelos valores da segunda variável (Almeida & Freire, 2000).

Seguidamente, atendendo às magnitudes dos coeficientes de correlação encontrados vai-se realizar uma regressão multi-linear hierárquica para determinar qual dos constructos é o melhor preditor da ideação paranoide.

Para cumprir o primeiro objetivo procedemos à introdução da ansiedade e afetos negativos num primeiro bloco da regressão múltipla e a supressão de pensamento no

SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA

segundo bloco. Assumiu-se a normalidade dos valores residuais através do teste de Kolmorov-Smirnov e a independência dos resíduos através do teste de Durbin-Watson.

Relativamente ao segundo objetivo, introduzimos no modelo de regressão multi-linear a ansiedade e num segundo bloco a supressão de pensamento.

Para cumprirmos o terceiro objetivo, procedemos primeiro à análise da relação da ideação paranoide com os afetos negativos e num segundo momento introduziu-se a variável supressão de pensamento.

Considerando que não existe associação entre ansiedade e ideação paranoide, não se procedeu a concretização do quarto objetivo da investigação.

Por último, para verificar o quinto objetivo procedeu-se à análise do coeficiente de Person e posteriormente a uma regressão multi-linear hierárquica com a ideação paranoide como variável dependente e com a introdução da variável desejabilidade social como variável independente.

Parte IV - Resultados

10. Apresentação de resultados

Num primeiro momento procedeu-se à análise das variáveis em estudo através de do índice de correlação bivariada de *Person*. Através desta análise podemos observar que a supressão de pensamento se correlaciona de forma positiva e moderada com a ideação paranoide ($p= 0,522$), se correlaciona de forma positiva e muito fraca com a ansiedade ($p=0,101$), de forma positiva e fraca com afetos negativos ($p= 0,309$), e de forma positiva e moderada com a desejabilidade social ($p= 0,435$).

A ideação paranoide correlaciona-se de forma positiva e moderada com os afetos

SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA

negativos ($p= 0,433$), de forma positiva e moderada com a supressão de pensamento ($p= 0,522$), de forma positiva e muito fraca com a ansiedade ($p= 0,19$) e de forma positiva e moderada com a desejabilidade social ($p=0,561$).

Para verificar se as variáveis no seu conjunto são significativas na predição da ideação paranoide realizou-se uma análise estatística paramétrica utilizando uma regressão multi-linear hierárquica em que a variável dependente foi a Ideação Paranoide.

A análise de resíduos pelo modelo de Durbin- Watson revelou a independência dos valores residuais ($d= 2$). E o teste de Kolmogorov-Smirnov indicou que os valores residuais não se desviam significativamente da normalidade ($D=2$).

O valor de R quadrado ajustado permite constatar que o coeficiente de correlação é de ($r=0,46$), explicando 46% da variância da Ideação Paranoide, o que explica um valor significativo da variância da ideação paranoide.

Tabela 1
Regressão multi-linear hierárquica

	R	R ²	R ² Ajustado	Erro Padrão de Estimação	Kolmogorov-Smirnov
1	0,69(a)	0,48	0,46	9,72	2

(a) Preditores (Constante), Desejabilidade Social, Ansiedade, Supressão de Pensamentos, Afetos Negativos, Depressão.

(b) Variável Dependente: Ideação Paranoide.

Seguidamente foi analisada a relação entre as variáveis, ideação paranoide, afetos negativos e ansiedade que explicaram 18,3% da variância da ideação paranoide.

Quando introduzimos a variável supressão de pensamento no segundo modelo a variância explicada passou para 34,8%.

SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA

Tabela 2
Regressão multi-linear hierárquica

	R	R ²	R ² Ajustado	Erro Padrão de Estimação	Durbin-Watson
1	0,438(a)	0,19	0,18	11,94	2,07

(a) Preditores: Ansiedade, Afetos Negativos.

(b) Variável dependente: Ideação Paranoide.

Tabela 3
Regressão multi-linear hierárquica

	R	R ²	R ² Ajustado	Erro Padrão de Estimação
1	,438 ^a	,192	,183	11,93620
2	,599 ^b	,359	,348	10,66332

a. Preditores: (Constante), Ansiedade, Afetos Negativos

b. Preditores: (Constante), Ansiedade, Afetos Negativos, Supressão de Pensamentos

O teste ANOVA para estas variáveis apresentou uma significância de $p=0,011$ e uma estatística de $F=21,176$ para o primeiro modelo e uma significância de $p=0,01$ e uma estatística de $F=33,032$.

Tabela 4
ANOVA

		Soma dos quadrados	df	Média dos quadrados	F	Sig.
1	Regressão	6033,875	2	3016,937	21,176	,000 ^b
	Residual	25360,192	178	142,473		
	Total	31394,066	180			

SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA

2	Regressão	11268,025	3	3756,008	33,03 2	,000 ^c
	Residual	20126,042	177	113,706		
	Total	31394,066	180			

a. Variável dependente: Ideação Paranoide

b. Preditores: (Constante), Ansiedade, Afetos Negativos

c. Preditores: (Constante), Ansiedade, Afetos Negativos, Supressão de Pensamentos

Através da análise dos coeficientes verificamos que no primeiro modelo - por cada aumento nos valores dos afetos negativos, a ideação paranoide aumenta significativamente ($p= 0,888$) o que indica a relação muito forte entre estas duas variáveis como tem vindo a ser verificada em estudos anteriores (Green et al., 2006).

Já no segundo modelo por cada aumento nos valores de supressão de pensamento, a ideação paranoide também aumenta significativamente ($p= 0,407$).

Tabela 5

Análise dos Coeficientes

		Coeficientes Não Estandardizado		Coeficiente Estandardizado	T	Sig.
		B	SD	Beta		
1	(Constante)	33,857	2,696		12,558	,000
	Afetos Negativos	,888	,137	,438	6,502	,000
	Ansiedade	-,080	,274	-,020	-,292	,771
2	(Constante)	19,715	3,185		6,190	,000
	Afetos Negativos	,615	,128	,303	4,789	,000
	Ansiedade	-,256	,246	-,063	-1,042	,299

SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA

Supressão de Pensamentos	,407	,060	,432	6,785	,000
--------------------------	------	------	------	-------	------

a. Variável Dependente: Ideação Paranoide

Em seguida analisou-se a relação entre as variáveis: ansiedade e ideação paranoide, o que explica 5% da variância da ideação paranoide, já com a introdução da supressão de pensamento no segundo modelo a variância explicada passa para 26,8%.

Tabela 6

Regressão multi-linear hierárquica

	R	R ²	R ² Ajustado	Erro Padrão de Estimação
1	,019 ^a	,000	-,005	13,24093
2	,525 ^b	,276	,268	11,30126

a. Predictores: (Constante), Ansiedade

b. Predictores: (Constante), Ansiedade, Supressão de Pensamentos

O teste ANOVA a este modelo apresentou uma significância de $p= 0,799$ e uma estatística de $F= 0,065$ para o primeiro modelo e uma significância de $p=0,01$ e uma estatística de $F= 33,032$ o que significa que apenas o segundo modelo é significativo.

Tabela 7

ANOVA

		Soma dos quadrados	Df	Média dos quadrados	F	Sig.
1	Regressão	11,399	1	11,399	,065	,799 ^b
	Residual	31382,667	179	175,322		

SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA

	Total	31394,066	180			
2	Regressão	8660,183	2	4330,091	33,903	,000 ^c
	Residual	22733,883	178	127,718		
	Total	31394,066	180			

a. Variável Dependente: Ideação Paranoide

b. Preditores: (Constante), Ansiedade

c. Preditores: (Constante), Ansiedade, Supressão de Pensamentos

Posteriormente analisou-se a relação entre, afetos negativos e ideação paranoide explicando 18,3% da variância da ideação paranoide.

Quando introduzimos a supressão de pensamento num segundo modelo a variância explicada passa para 34,7%.

Tabela 8

Regressão multi-linear hierárquica

	R	R ²	R ² Ajustado	Erro Padrão de Estimação
1	,433 ^a	,187	,183	11,95491
2	,595 ^b	,354	,347	10,68635

a. Preditores: (Constante), Afetos Negativos

b. Preditores: (Constante), Afetos Negativos, Supressão de Pensamentos

O teste ANOVA apresentou uma significância de $p= 0,01$ e uma estatística de $F=41,459$ para o primeiro modelo e uma significância de $p=0,01$ e uma estatística de $F=49,079$ o que significa que ambos os modelos são significativos.

SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA

Tabela 9

ANOVA

		Soma dos quadrados	df	Média dos quadrados	F	Sig.
1	Regressão	5925,371	1	5925,371	41,459	,000 ^b
	Residual	25725,580	180	142,920		
	Total	31650,951	181			
2	Regressão	11209,502	2	5604,751	49,079	,000 ^c
	Residual	20441,449	179	114,198		
	Total	31650,951	181			

a. Variável dependente: Ideação Paranoide

b. Preditores: (Constante), Afetos Negativos

c. Preditores: (Constante), Afetos Negativos, Supressão de Pensamentos

Por ultimo analisamos a relação entre desejabilidade social e ideação paranoide o que explica 31% da variância da ideação paranoide.

Tabela 10

Regressão multi-linear hierárquica

	R	R ²	R ² Ajustado	Erro Padrão de Estimação
1	,560 ^a	,314	,310	10,98485

a. Preditores: (Constante), Desejabilidade Social

Parte V – Discussão

SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA

11. Discussão dos resultados

O primeiro objetivo da nossa investigação foi verificar a existência de uma correlação positiva e preditora entre as variáveis, supressão de pensamento e ideação paranoide quando controlamos as variáveis ansiedade e afetos negativos através de uma regressão linear multi-hierarquica. A nossa primeira hipótese foi sustentada porque se verificou que quando a ansiedade e os afetos negativos são controlados através de uma regressão linear múltipla a supressão de pensamento explica uma variância estatisticamente significativa das crenças delirantes do tipo persecutório tal como foi defendido ao longo deste trabalho.

Estes dados podem ser uma contribuição para a integração da supressão de pensamento nos modelos de formação e manutenção das crenças delirantes e dos delírios persecutórios que têm vindo a ser explicados ao longo deste trabalho. As suas implicações clínicas serão discutidas quando abordarmos as conclusões e implicações clínicas no próximo capítulo.

O nosso segundo objetivo foi constatar se existiria uma correlação entre ansiedade e supressão de pensamento e crenças delirantes do tipo persecutório tal como proposto por Jones & Fernyhough (2008), no entanto esta relação não se verificou por isso exclui-se a nossa segunda hipótese.

Estes resultados podem ser explicados por outras investigações que têm vindo a verificar que em situações ansiogénicas a supressão de pensamento é um recurso eficaz para lidar com crenças de ameaça (Cogle et al., 2005; Magee, Harden & Teachman, 2012).

Hipotetizamos que tal ocorra porque nós tendemos a procurar distratores congruentes com o nosso humor ao suprimir pensamentos indesejados, como tal

SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA

pensamentos de ameaça podem manter o indivíduo mais alerta a possíveis ameaças ao processo de supressão ao passo que indivíduos mais deprimidos vão acabar por direcionar a atenção para pensamentos congruentes com os seus afetos negativos (Wenzlaff, Wegner, & Roper, 1988).

Como as crenças delirantes são na verdade crenças de ameaça que nos predis põem a focar os nossos processos atencionais no possível perigo e uma vez que se tem hipotetizando que a paranoia emerge nossa ansiedade interpessoal e se liga a uma atenção redobrada aos estímulos congruentes com essa ameaça é possível que no caso dos indivíduos que responderam ao nosso questionário a ansiedade não tenha uma influência na formação destas crenças.

Mais ainda é possível que os estudantes universitários tenham mais competência para manejar a ansiedade do que a população em geral explicando o seu sucesso em lidar com o *stress* acrescido que esta população sente (Misra & Mckeen, 2000). Uma vez que as estudantes universitárias parecem sentir mais esta pressão é possível que se forem exploradas as diferenças entre sexos nesta amostra o fato de a nossa amostra ser maioritariamente feminina e composta por estudantes de psicologia pode ter influência nestes resultados (Misra & Mckeen, 2000).

Seria interessante explorar as diferenças entre géneros nesta amostra o que não fizemos nesta investigação.

Relativamente ao nosso terceiro objetivo verificou-se uma correlação significativa entre afetos negativos, supressão de pensamento na formação e manutenção das crenças delirantes do tipo persecutório que nos permite afirmar que a nossa 3ª hipótese foi igualmente sustentada.

Hipoteizamos que tal ocorra porque o recurso à supressão de pensamento se

SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA

relaciona com a com a infelicidade (Killingsworth & Gilbert, 2000 citados por Wegner, 2006) e uma vez que indivíduos com níveis elevados de depressão revelam uma menor habilidade para suprimir pensamentos e acabam por recorrer mais frequentemente a esta estratégia de controlo mental (Wegner & Zanakos, 1994) apesar do insucesso destas tentativas (Beevers & Meyer, 2007) é possível que o insucesso nas tentativas de supressão acabem por agravar as crenças pré-existentes no indivíduo e os seus estados de humor.

Ao suprimir pensamentos indesejados tendemos a procurar distratores congruentes com o nosso humor e como tal indivíduos deprimidos vão acabar por direcionar a atenção para pensamentos congruentes com os afetos que estão a sentir (Wenzlaff, Wegner, & Roper, 1988) propiciando a formação de novas crenças persecutórias congruentes com as pré-existentes como têm vindo a ser sustentado ao longo deste trabalho (Bentall et al., 2001; Freeman et al., 2002; Freeman, 2007).

Esta relação entre a supressão de pensamento e os afetos negativos na formação e manutenção das crenças delirantes do tipo persecutório pode também ter relação com a alexitimia. A alexitimia refere-se a dificuldade que sentimos em nos percebermos a nós mesmos a nível emocional e esta incapacidade em doentes psicóticos relaciona-se com a depressão e com a supressão de pensamento (ver van der Meer, Wout & Aleman, 2009). Uma vez que os pacientes com crenças delirantes do tipo persecutório têm uma reatividade emocional maior aos estímulos emocionais (ver van der Meer, Wout & Aleman, 2009) e tendem a dirigir os processos atencionais no sentido dessa ameaça (Freeman et al., 2002) é possível que sejam os afetos negativos a propiciar a emergência de novas crenças que por sua vez se voltam a associar ao recurso à supressão de pensamento para atenuar os afetos negativos sentidos por Bentall e colaboradores

SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA

(2001).

Estas novas crenças vão enviesar o processamento das emoções nomeadamente ao nível da reavaliação de estímulos emocionais e supressão destes estímulos (van der Meer, Wout & Aleman, 2009) como foi proposto pelos modelos de Davies, Coltheart, Langdon, & Breen (2001) e de Freeman e colaboradores (2002) contribuindo para sua manutenção.

A interação de terceira ordem formulada no quarto objetivo, entre ansiedade, afetos negativos e supressão de pensamento não se revelou uma correlação mais forte na formação e manutenção das crenças delirantes do tipo persecutório que as interações propostas nas hipóteses anteriores porque se verificou que a ansiedade e a supressão de pensamento não se associam significativamente neste caso. Excluiu-se também a nossa 4^a hipótese.

Por fim, o nosso ultimo objetivo seria verificar se um aumento nos valores obtidos na nossa escala MC-SDS (que mede os valores da desejabilidade social) se traduziria num aumento dos valores obtidos na GPS (escala que mede os níveis de ideação paranoide). Verificou-se que existe uma relação significativa, sendo esta a variável que mais se correlaciona com a ideação paranoide explicando uma variância significativa desta.

A ideação paranoide aumenta a consciência que temos de nós mesmos e faz o individuo paranoide estar mais atentos à percepção de si próprio fazendo-o sentir-se um alvo de algum tipo de ameaça perpretadra por outros (Freman et al., 2012). Os dados obtidos na MC-SDS indicam que os resultados estão contaminados pela desejabilidade social (Crowe & Marlow, 1960) e estes resultados podem ser explicados através deste aumento da atenção derivado resultante deste aumento da percepção de si que a pessoa

SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA

paranoide sente e à Teoria da Mente (Freeman et al., 2012).

A Teoria da Mente refere-se à habilidade que os indivíduos pensam ter de compreender os estados mentais e intenções de si mesmo e do outro. Nos indivíduos com delírios persecutórios existe uma falha na perceção da intenção real do outro, das suas atitudes e motivações (Cameron, 1959 citado por Freeman, 2007) é possível que os indivíduos com maiores níveis de ideação paranoide possam desenvolvido alguma teoria acerca da real intenção da investigação e forjado os dados no sentido de parecerem mais saudáveis com medo de algum tipo de prejuízo para a sua imagem.

12. Conclusão e implicações clínicas

Como tem vindo a ser defendido até agora, as implicações teóricas da relação entre supressão de pensamento na formação e manutenção das crenças delirantes do tipo persecutório vão ajudar a uma melhor compreensão e integração da supressão de pensamento nos modelos que têm vindo a tentar conceptualizar a formação e desenvolvimento destas crenças (Davies, Coltheart, Langdon, & Breen, 2001; Freeman et al., 2002; Freeman, 2007).

Esta compreensão pode por sua vez abrir abrindo para uma definição mais precisa e abrangente dos delírios persecutórios e uma melhor compreensão do sofrimento que as pessoas com este tipo de crença vive com implicações na prática clínica mais atenta a este sofrimento e promotora da confiança e assertividade (Carvalho, Pinto-Gouveia, Peixoto & Motta. 2014).

Como Beevers & Meyers (2007) propõem a nossa regulação emocional não precisa necessariamente de passar pelo recurso à supressão de pensamento e que pode passar

SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA

sim por vias alternativas de reavaliação e aceitação dos pensamentos a suprimir. Se partirmos do princípio que as crenças delirantes evoluem numa escalada hierárquica e num *continuum* entre populações clínica e não clínica (Freeman et al., 2002) através da terapia cognitiva a natureza destas crenças pode ser posta em causa, a possível escalada para o delírio em clínicos pode ser travada, o sofrimento atenuado e criados contextos relacionais mais saudáveis na população em geral.

Como Wegner (1997, 2011) tem vindo a defender a não ventilação dos pensamentos problema pode resultar na amplificação destes e uma melhor compreensão da relação entre estas duas variáveis traz implicações para o *setting* terapêutico onde o paciente é convidado a ventilar livremente as suas preocupações eliminando-se assim os efeitos paradoxais da supressão através do alívio da carga cognitiva associada (Wegner, 1997).

Mais, percebendo o papel dos afetos negativos nesta relação, o terapeuta pode ter uma compreensão mais profunda da razão da sintomatologia que o indivíduo apresenta que pode em parte ser explicada por estes afetos e pelo isolamento e adereçar convenientemente estes aspetos na sua abordagem no sentido de promover o bem-estar e a autoestima nestes pacientes (Carvalho, Pinto-Gouveia, Peixoto & Motta. 2014).

Uma vez que o recurso à supressão de pensamento se relaciona com a ruminação relacionada à antecipação de uma ameaça, mas não com a ansiedade em si (Cogle et al., 2005) um ambiente terapêutico onde o indivíduo se sinta confortável, se possa expressar livremente baseado numa aliança terapêutica promotora de confiança e da assertividade pode ser um preditor de melhoria em pessoas a viver com este tipo de crença uma vez que se tenta diminuir o recurso à supressão de pensamento.

Hipotetiza-se que estudos longitudinais nesta área poderiam perceber melhor estas implicações clínicas como proposto por Wegner (2006). Wegner (2006) propõe uma

SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA

série de abordagens não farmacológicas que se apresentam como alternativas viáveis ao recurso à que supressão de pensamento tais como a distração focalizada, o evitamento de *stress* e carga cognitiva, o adiamento de pensamento, a exposição e abordagens paradoxais, aceitação e compromisso e a *mindfulness*.

Estas abordagens e a promoção abordagens podem ter implicações na aceitação e aprovação social através de uma melhor inserção social fo que por sua vez vai fazer decrescer os medos paranoides (Carvalho, Pinto-Gouveia, Peixoto & Motta. 2014).

13. Limitações do estudo

Ao interpretar estes dados é necessário ter em conta algumas limitações metodológicas que se prendem com a representatividade da amostra. A amostra foi autoelegida e é constituída apenas por estudantes universitários, maioritariamente do sexo feminino, tendo sido recrutada pela internet através de questionários enviados pelo correio eletrónico da Universidade do Algarve e anúncios divulgados em grupos de estudantes da UALG na rede social *Facebook*. Este método poderá de alguma forma comprometer a representatividade da amostra uma vez que indivíduos que se autoelegem para responder a este tipo de questionários poderão ter certas características que os predispõem à perturbação mental (Freeman et al., 2005).

Uma variável que não foi estudada no presente estudo que pode ter implicações na formação e manutenção das crenças delirantes do tipo persecutório foi o sexo. Uma vez que no estudo conduzido por Jones & Fernyhough (2008) não foram encontradas diferenças a este nível decidiu-se excluir esta variável do presente estudo, no entanto sabe-se que existem diferenças entre sexos na incidência e prevalência deste tipo de crença (APA, 2000) e também no manejo da ansiedade em estudantes universitários

SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA

(Misra & Mckeen, 2000) nesse sentido e esta poderá ser uma variável importante a ser explorada posteriormente para compreender melhor se os dados obtidos neste trabalho podem ser explicados por estas diferenças.

SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA

Referências Bibliográficas

- Abramowitz, J. S., Tolin, D. F., Street, G. P. (2001). Paradoxical effects of thought suppression: a meta-analysis of controlled studies, *Clinical Psychology Review*, 21, (5), 683-703.
- Almeida, L. & Freire, T. (2000). *Metodologia da investigação em psicologia e educação* (2ª edição). Braga: Psiquilíbrios.
- Almiro, P., Simões, M. R., & Sousa, L. (2012). Escala de Desejabilidade Social de Marlowe-Crowne (versão 33 itens): Estudo de adaptação e validação para a população portuguesa. Em preparação.
- American Psychiatric Association (2002) *DSM-IV-TR: Manual de Diagnóstico e Estatística e das Perturbações Mentais*. 4ª edição. Lisboa: Climepsi.
- Appelbaum, P., Robbins, P., & Roth, L. (1999). Dimensional approach to delusions: Comparison across types and diagnoses. *American Journal of Psychiatry*, 156, 1938-1943.
- Bajoulo, M. & Nogueiro, O. (2012) Delírio: Do conceito à nosologia. *Psiquiatria Clínica*, 33 (3), 155-170.
- Barnes, S.D. & Tantleff-Dunn, S. (2010) Food for thought: Examining the relationship between food thought suppression and weight related outcomes. *Eating behaviors*, 11: 175-179.
- Bentall, R., Corcoran, R., Howard, R., Blackwood, N., Kinderman, P. (2001). Persecutory Delusions: A review and theoretical integration. *Clinical Psychology Review*, 21 (8), 1143-1192.
- Borton, J. & Casey, E. (2006). Suppression of negative self-referential thoughts: A Field study. *Self and Identity*, 5, 230-246.
- Carvalho, C., Pinto-Gouveia, J., Peixoto, E., Motta, C. (2014). Paranoia as a continuum in the population. *Asian journal of Humanities and social studies*, 2 (3), 382-391.
- Cogle, J., Smits, J., Lee, H., Powers, M. & Telch, M. (2005). Singular and combined effects of thought suppression and anxiety induction on frequency of threatening thoughts: An experimental investigation. *Cognitive Therapy and Research*, 29 (5), 525-539.
- Crowne, D., & Marlowe, D. (1960). A new scale of social desirability independent of psychopathology. *Journal of Consulting Psychology*, 24(4), 349-354.
- Freeman, D. (2007). Suspicious minds: The psychology of persecutory delusions. *Clinical Psychology Review*, 27, 425-457.
- Freeman, D., Dunn, G., Fowler, D., Bebbington, P., Kuipers, E., Emsley, R., Jolley, S. & Garety, P. (2012). Current Paranoid Thinking in Patients With Delusions: The Presence of Cognitive-Affective Biases. *Schizophrenia Bulletin*, 39 (6), 1281-1287.

SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA

Freeman, D., Garety, P., Bebbington, P., Smith, B., Rollinson, R., Fowler, D., et al. (2005). Psychological investigation of the structure of paranoia in a non-clinical population. *British Journal of Psychiatry*, 186, 427-435.

Freeman D, Startup H, Dunn G, Wingham G, Cernis E, Evans N, Lister R, Pugh K, Cordwell J, Kingdon D. (2014). Persecutory delusions and psychological well-being. *Social Psychiatry Psychiatric Epidemiology*, 49 (7), 1045-50.

Galinha, I, & Ribeiro, J. (2005). Contribuição para o estudo da versão portuguesa da Positive and Negative Affect Schedule (PANAS): I – Estudo psicométrico. *Análise Psicológica*, 2 (XXIII), 209-218.

Galinha, I, & Ribeiro, J. (2005). Contribuição para o estudo da versão portuguesa da Positive and Negative Affect Schedule (PANAS): I – Estudo psicométrico. *Análise Psicológica*, 23 (XVIII), 219-227.

Garety, P., Gittins, M., Jolley, S., Bebbington, P., Dunn, G., Kuipers, E., Fowler, D., Freeman, D. (2014). Differences in cognitive and emotional processes between persecutory and grandiose delusions. *Schizophrenia Bulletin*, 39 (3), 629–639.

Green, C., Garety, P. A., Freeman, D., Fowler, D., Bebbington, P. E., Dunn, G., et al. (2006). Phenomenology and affect in persecutory delusions. *British Journal of Clinical Psychology*, 45, 561-577.

Jiménez- Ros, A. (2011). The White Bear Inventory- Estudo de adaptação e validação para a população portuguesa. Em preparação.

Jones, S. R. & Fernyhough, C. (2008). Thought suppression and persecutory delusion-like beliefs in a nonclinical sample. *Cognitive Neuropsychiatry*, 13 (4), 281-295.

Laroi, F., & van der Linden, M. (2005). Metacognitions in proneness towards hallucinations and delusions. *Behaviour Research and Therapy*, 43, 1425-1441.

Magee, J., Harden, P. and Teachman, B. (2012). Psychopathology and Thought Suppression: A Quantitative Review. *Clinical Psychology Review*, 32(3), 189–201.

Misra, R. & McKean, M. (2000). College students academic stress and it's relation to their anxiety time management and leisure satisfaction. *American Journal of Health Studies*, 16 (1), 41-51.

Morrison, A. (2001). The interpretation of intrusions in psychosis: An integrative cognitive approach to hallucinations and delusions. *Behavioral and Cognitive Psychotherapy*, 29, 257-276.

Pais-Ribeiro, J., Silva, I., Ferreira, T., Martins, A., Meneses, R. & Batar, M. (2006). Validation study of a Portuguese version of the Hospital Anxiety and Depression Scale. *Psychology, Health and Medicine*, 1-13.

Pinto-Gouveia, J., Matos, M., Castilho, P., Xavier, A. (2014). Differences between Depression and Paranoia: The role of Emotional Memories, Shame and subordination.

SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA

Clinical Psychology and Psychotherapy, 21, 49-61.

Purdon, C. (1999). Thought suppression and psychopathology. *Behavior Research and Therapy*, 37, 1029-1054.

Purdon, C. (2004). Empirical investigations on thought suppression in OCD. *Journal of Behavioural Therapy and Experimental Psychiatry*, 35, 121- 136.

Scharfetter, C. (2005). *Introdução à psicopatologia geral* (3ª Edição). Lisboa: Climepsi

Snaith, R. (2003). The Hospital Anxiety and Depression Scale. Health and Quality of Life Outcomes, <http://www.hqlo.com/content/1/1/29>, acessado a 24 de fevereiro de 2014.

Soetens, B. & Braet, C. (2006). “The weight of a thought”: Food-related thought suppression in obese and normal-weight youngsters. *Appetite*, 46, 309-317.

Van der Meer, L., Wout, M. & Aleman, A. (2009). Emotion regulation strategies in patients with schizophrenia. *Psychiatric Research*, 170 (2), 108-113.

Verdoux, H., Maurice-Tison, S., Gay, B., Van Os, J., Salamon, R., & Bourgeois, M. L. (1998). A survey of delusional ideation in primary-care patients. *Psychological Medicine*, 28, 127-134.

Watson, D., Clark, L., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54 (6), 1063-1070.

Wegner, D., Schneider, D., Carter III, S., & White, T. (1987). Paradoxical effects of thought suppression. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53, 5-13.

Wegner, D. & Erber, R. (1992). The hyperaccessibility of suppressed thoughts. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63, 903-912.

Wegner, D. & Zanakos, S. (1994). Chronic thought suppression. *Journal of Personality*, 62 (4), 615-640.

Wegner, D. (1997). When the antidote is the poison: Ironic mental control processes. *Psychological Science*, 8, 148-150.

Wegner, D., Wenzlaff, R., & Kozak, M. (2004). Dream rebound: The return of suppressed thoughts in dreams. *Psychological Science*, 15, 232-236.

Wegner, D. (2011). Setting free the bears. *American Psychologist*, 66 (8), 669-680.

Wenzlaff, R., Wegner, D., & Roper, D. (1988). Depression and mental control: The resurgence of unwanted negative thoughts. *Journal of Personality and Social Psychology*, 55, 882-892.

Wenzlaff, R. & Wegner, D. (2000). Thought suppression. *Annual Review of Psychology*, 51, 59-91.

Wells, A. (2003). *Perturbações emocionais e metacognição*. Lisboa: Climepsi Editores.

**SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA
AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA**

**SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA
AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA**

APÊNDICES

SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA

Consentimento informado

A presente investigação está a ser desenvolvida no âmbito de uma Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde da Universidade do Algarve, por Rafaela Sofia Correia de Almeida, sob a orientação da Prof.^a Doutora Antónia Maria Ros. Tem como objetivo estudar a forma como gerimos os nossos pensamentos e como essa gestão influencia a nossa perceção do mundo e dos outros.

Poderão participar neste estudo estudantes universitários com idades compreendidas entre os 18 e os 65 anos, de ambos os sexos, que voluntariamente se disponibilizem para o fazer.

Se aceitar colaborar ser-lhe-á pedido que responda a quatro questionários o que lhe tomará cerca de 10 minutos.

É garantida a total confidencialidade dos dados que nos possa proporcionar, e serão apenas utilizados para fins da investigação em questão.

Relembramos que a sua participação é voluntária e caso recuse participar ou decida desistir em qualquer momento, não terá nenhuma consequência negativa.

Caso aceite participar na presente investigação, por favor preencha o espaço abaixo indicado:

**SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA
AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA**

Questionário Sócio Demográfico

Preencha, por favor, com uma cruz nos respetivos espaços, o seguinte questionário.

Não é necessário colocar o seu nome em nenhuma parte deste questionário, todas as respostas são confidenciais.

1. Idade _____
2. Sexo Masculino ___ Feminino ___
3. Curso _____ Ano _____
4. Com quem vive?

Família ___
Divide residência com colegas ___
Sozinho ___
Namorado/a ___
Cônjuge ___
Outros: Especifique, por favor _____.

5. Qual a sua naturalidade?

Distrito de Faro ___
Outra região de Portugal Continental ___
Regiões Autónomas da Madeira e dos Açores ___
Estrangeira ___

6. Alguma vez lhe foi diagnosticada uma patologia do foro psicológico/
psiquiátrico?

Sim ___ Não ___

7. Se respondeu sim qual?

**SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA
AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA**

ANEXOS

SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA

WBSI

A maioria das pessoas tem alguma vez pensamentos, ideias ou imagens inoportunas que podem ser difíceis de controlar.

A seguir perguntamos-lhe por este tipo de experiências.

Por favor, responda a todas as perguntas segundo o seu grau de concordância com cada uma delas, tendo em conta a seguinte escala:

- 1- Completamente em desacordo 2- Bastante em desacordo 3- Nem de acordo nem em desacordo 4- Bastante de acordo 5- Completamente de acordo

1. Há coisas nas que prefiro não pensar	1 2 3 4 5
2. As vezes pergunto-me porque tenho determinados pensamentos	1 2 3 4 5
3. Tenho pensamentos que não posso parar	1 2 3 4 5
4. Há imagens que aparecem na minha mente e que não posso apagar	1 2 3 4 5
5. Os meus pensamentos frequentemente giram em torno de uma só eia	1 2 3 4 5
6. Desejava poder deixar de pensar em certas coisas	1 2 3 4 5
7. Às vezes a minha mente anda tão depressa que desejaria poder pará-la	1 2 3 4 5
8. Às vezes trato de afastar os problemas da minha mente	1 2 3 4 5
9. Há pensamentos que ficam a rondar a minha cabeça	1 2 3 4 5
10. Às vezes mantenho-me ocupado para não deixar que alguns pensamentos se infiltrem na minha mente	1 2 3 4 5
11. Há coisas sobre as que tento não pensar	1 2 3 4 5
12. Às vezes desejaria realmente poder parar o meu pensamento	1 2 3 4 5
13. Com frequência faço coisas para distrair-me dos meus pensamentos	1 2 3 4 5
14. Com frequência tenho pensamentos que tento evitar	1 2 3 4 5
15. Tenho muitos pensamentos que não conto a ninguém	1 2 3 4 5

SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA

General Paranoia Scale (GPS)

De seguida encontram-se algumas situações que descrevem o modo como as pessoas se comportam ou sentem em relação a situações sociais.

Indique o grau em que sente que a afirmação se aplica a si, em que 1 é - *Nunca*, 2 - *Raramente*, 3 - *Às vezes*, 4 - *Muitas vezes* e 5 - *Sempre*.

Alguém tem alguma coisa contra mim	1	2	3	4	5
Às vezes sinto que estou a ser seguido(a)	1	2	3	4	5
Acredito que tenho sido muitas vezes castigado(a) sem haver razão para tal	1	2	3	4	5
Algumas pessoas tentaram roubar as minhas ideias e receberem os louros.	1	2	3	4	5
Os meus pais e a minha família encontram mais falhas em mim do que deviam	1	2	3	4	5
Ninguém quer saber o que é que se passa comigo	1	2	3	4	5
Tenho a certeza que a vida não me traz nada de bom	1	2	3	4	5
A maioria das pessoas usará meios injustos para ganhar lucro ou ganhar vantagem sobre os outros, em vez de perderem	1	2	3	4	5
Penso muitas vezes que razão escondida terá outra pessoa para fazer algo atencioso para mim	1	2	3	4	5
É mais seguro não confiar em ninguém	1	2	3	4	5
Sinto muitas vezes que estranhos estão a olhar criticamente para mim	1	2	3	4	5
A maioria das pessoas faz amigos (as) porque					

SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA

estes (as) podem vir a ser úteis	1	2	3	4	5	
Alguém tem andado a tentar influenciar a minha mente	1	2	3	4	5	
Tenho a certeza que falam de mim nas minhas costas	1	2	3	4	5	
A maioria das pessoas no seu íntimo não gosta de oferecer ajuda às outras	1	2	3	4	5	
Costumo estar de pé atrás quando as pessoas são mais simpáticas comigo do que eu estava a espera	1	2	3	4	5	
As pessoas disseram coisas sobre mim que eram insultuosas e antipáticas	1	2	3	4	5	
As pessoas estão constantemente a decepcionar-me	1	2	3	4	5	
Sinto-me desconfortável com pessoas lá fora a observarem-se dos carros, nas lojas	1	2	3	4	5	
Encontro muitas vezes pessoas que são invejosas das minhas ideias que são boas, só porque não pensaram nelas primeiro que eu	1	2	3	4	5	

SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA

MC-SDS

Indique em que medida cada uma das afirmações se aplica a si. Quanto mais o comportamento se aplicar a si, maior o número que deve registar, considerando uma escala crescente de um (discordo totalmente) a sete (concordo totalmente).

	Discordo Totalmente				Concordo Totalmente		
1. Investigo cuidadosamente as qualificações de todos os candidatos, antes de votar.	1	2	3	4	5	6	7
2. Hesito sempre em fazer um desvio do meu caminho para ajudar alguém com problemas.	1	2	3	4	5	6	7
3. É difícil para mim, continuar com o meu trabalho quando estou desmotivado(a).	1	2	3	4	5	6	7
4. Nunca me aconteceu detestar alguém.	1	2	3	4	5	6	7
5. Já duvidei das minhas capacidades para ser bem-sucedido(a) na vida.	1	2	3	4	5	6	7
6. Fico irritado(a) quando as coisas não correm como eu queria.	1	2	3	4	5	6	7
7. Sou sempre cuidadoso(a) na	1	2	3	4	5	6	7

SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA

forma como me visto.

8. As minhas maneiras à mesa, em casa, são tão boas quanto as que uso quando como num restaurante.

1 2 3 4 5 6 7

9. Se conseguisse ir ao cinema sem pagar e soubesse que não seria descoberto(a), fá-lo-ia.

1 2 3 4 5 6 7

10. Já desisti de fazer algo por confiar pouco nas minhas capacidades.

1 2 3 4 5 6 7

11. Eu gosto de bisbilhotar.

1 2 3 4 5 6 7

12. Já me aconteceu ter vontade de me revoltar perante as autoridades, mesmo sabendo que não tinha razão.

1 2 3 4 5 6 7

13. Independentemente de com quem esteja a falar, sou sempre um(a) bom(a) ouvinte.

1 2 3 4 5 6 7

13. Já fingi estar doente para evitar alguma situação.

1 2 3 4 5 6 7

15. Já houve situações em que me aproveitei de alguém.

1 2 3 4 5 6 7

16. Estou sempre disposto(a) a admitir quando cometo erros.

1 2 3 4 5 6 7

17. Faço sempre aquilo que

1 2 3 4 5 6 7

SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA

defendo.								
18. Acho particularmente difícil aturar pessoas rudes e indelicadas.	1	2	3	4	5	6	7	
19. Prefiro vingar-me a perdoar e esquecer.	1	2	3	4	5	6	7	
20. Tenho dificuldades em admitir que sei pouco sobre um determinado assunto.	1	2	3	4	5	6	7	
21. Sou sempre cordial, mesmo para as pessoas que são desagradáveis.	1	2	3	4	5	6	7	
22. Já insisti em levar por diante as minhas ideias.	1	2	3	4	5	6	7	
23. Já senti vontade de partir coisas.	1	2	3	4	5	6	7	
24. Deixaria alguém ser punido pelos meus erros.	1	2	3	4	5	6	7	
25. Fico aborrecido(a) quando alguém me pede a retribuição de um favor.	1	2	3	4	5	6	7	
26. Fico aborrecido(a) quando alguém expressa ideias completamente diferentes das minhas.	1	2	3	4	5	6	7	
27. Quando faço uma longa viagem verifico sempre a	1	2	3	4	5	6	7	

SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA

segurança do meu carro.

28. Já senti inveja das coisas boas que acontecem aos outros.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

29. Já senti necessidade de “pôr alguém no seu lugar” (repreender).

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

30. Sinto-me irritado(a) com as pessoas que me pedem favores.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

31. Já senti ter sido fui punido(a) sem razão.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

32. Acho que quando as pessoas têm um azar, apenas têm o que merecem.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

33. Já disse, de propósito, algo que ferisse os sentimentos de alguém.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

**SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA
AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA**

ESCALA DE ANSIEDADE E DEPRESSÃO HOSPITALAR

Este questionário foi construído para ajudar, a saber, como se sente.

Pedimos-lhe que leia cada uma das perguntas e faça uma cruz (X) no espaço anterior à resposta que melhor descreve a forma como se tem sentido na última semana.

Não demore muito tempo a pensar nas respostas.

A sua reação imediata a cada questão será provavelmente mais correta do que uma resposta muito ponderada.

Por favor, faça apenas uma cruz em cada pergunta.

1. Sinto-me tenso/a ou nervoso/a:

- Quase sempre
- Muitas vezes
- Por vezes
- Nunca

2. Ainda sinto prazer nas coisas de que costumava gostar:

- Tanto como antes
- Não tanto agora
- Só um pouco
- Quase nada

3. Tenho uma sensação de medo, como se algo terrível estivesse para acontecer:

- Sim e muito forte
- Sim, mas não muito forte
- Um pouco, mas não me aflige
- De modo algum

SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA

4. Sou capaz de rir e ver o lado divertido das coisas:

- Tanto como antes
- Não tanto como antes
- Muito menos agora
- Nunca

5. Tenho a cabeça cheia de preocupações:

- A maior parte do tempo
- Muitas vezes
- Por vezes
- Quase nunca

6. Sinto-me animado/a:

- Nunca
- Poucas vezes
- De vez em quando
- Quase sempre

7. Sou capaz de estar descontraidamente sentado/a e sentir-me relaxado/a:

- Quase sempre
- Muitas vezes
- Por vezes
- Nunca

8. Sinto-me mais lento/a, como se fizesse as coisas mais devagar:

- Quase sempre
- Muitas vezes
- Por vezes
- Nunca

9. Fico de tal forma apreensivo/a (com medo), que até sinto um aperto no estômago:

- Nunca

SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA

- Por vezes
- Muitas vezes
- Quase sempre

10. Perdi o interesse em cuidar do meu aspecto físico:

- Completamente
- Não dou a atenção que devia
- Talvez cuide menos que antes
- Tenho o mesmo interesse de sempre

11. Sinto-me de tal forma inquieto/a que não consigo estar parado/a:

- Muito
- Bastante
- Não muito
- Nada

12. Penso com prazer nas coisas que podem acontecer no futuro:

- Tanto como antes
- Não tanto como antes
- Bastante menos agora
- Quase nunca

13. De repente, tenho sensações de pânico:

- Muitas vezes
- Bastantes vezes
- Por vezes
- Nunca

14. Sou capaz de apreciar um bom livro ou um programa de rádio ou televisão:

- Muitas vezes
- De vez em quando
- Poucas vezes
- Quase nunca

**SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA
AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA**

MUITO OBRIGADO PELA SUA COLABORAÇÃO ☺

SUPRESSÃO DE PENSAMENTO E CRENÇAS DELIRANTES DO TIPO PERSECUTÓRIO EM UMA AMOSTRA UNIVERSITÁRIA PORTUGUESA

PANAS

Esta escala consiste num conjunto de palavras que descrevem diferentes sentimentos e emoções. Leia cada palavra e marque a resposta adequada no espaço anterior à palavra.

Indique em que medida sentiu cada uma das emoções, agora, ou seja, neste momento:

1 Nada ou muito Ligeiramente | **2** Um Pouco | **3** Moderadamente | **4** Bastante | **5** Extremamente

___ Interessado

___ Orgulhoso

___ Perturbado

___ Irritado

___ Excitado

___ Encantado

___ Atormentado

___ Remorsos

___ Agradavelmente surpreendido

___ Inspirado

___ Culpado

___ Nervoso

___ Assustado

___ Determinado

___ Caloroso

___ Trémulo

___ Repulsa

___ Ativo

___ Entusiasmado

___ Amedrontado