

Universidade Portucalense Infante D. Henrique

**Sónia Catarina Sousa Amaral, nº36403**

**Relação entre as Motivações Compassivas e de  
Autoimagem com o Funcionamento Intra e Inter  
pessoal dos Adolescentes**

Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde

Orientação: Professora Doutora Lara Palmeira

Coorientação: Professora Doutora Ana Xavier

Ano letivo 2019/2020



UNIVERSIDADE PORTUCALENSE

Do conhecimento à prática.



Sónia Catarina Sousa Amaral, nº 36403

**Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde**

**Relação entre as Motivações Compassivas e de Autoimagem com o Funcionamento  
Intra e Inter pessoal dos Adolescentes**

Dissertação de Mestrado de Psicologia Clínica e da Saúde apresentado na Universidade  
Portugalense Infante D. Henrique, realizado sob a supervisão da Prof. Doutora Lara Palmeira  
e com coorientação da Prof. Doutora Ana Xavier.

Departamento de Psicologia e Educação

Julho, 2020



### **Agradecimentos**

Quero agradecer a todos que me auxiliaram na concretização deste trabalho e que me acompanharam ao longo do meu percurso académico, porque, sem eles, tal não seria possível.

Quero agradecer à minha orientadora de dissertação por todo o apoio, dedicação, sabedoria partilhada, pelo carinho e conselhos prestados em momentos de maior dificuldade, pela sua disponibilidade e compreensão, pela confiança que depositou nas minhas capacidades. A Professora Doutora Lara, foi sem dúvida uma pessoa fundamental para o meu percurso académico, com quem desenvolvi competências pessoais e profissionais.

Quero ainda agradecer à Professora Doutora Ana Xavier pela sua disponibilidade para me auxiliar e acompanhar no decorrer do meu percurso académico, principalmente na ausência da professora Doutora Lara Palmeira.

Aos meus pais, irmão, cunhada, sobrinha e restantes elementos do meu contexto familiar por me apoiarem e incentivarem nesta fase, acreditando nas minhas capacidades e acompanharem-me na concretização de mais uma etapa académica.

Quero ainda agradecer aos meus amigos /as que me acompanharam ao longo do meu percurso académico, em especial a minha Andreia, Marisa, Sónia, Mariana e Adriana, pela amizade, pela paciência, por todo o carinho, companheirismo e compreensão.

## Resumo

O ser humano possui motivações fundamentais para satisfazer as suas necessidades de ser aceite e de pertencer, essas motivações podem ser mais ligadas ao eu e à manutenção de uma imagem desejada de si ou mais ligadas aos outros, o que vai influenciar os seus relacionamentos sociais. Deste modo, este estudo tem como objetivos a adaptação da Escala de Motivações Compassivas e de Autoimagem para adolescentes (CSIG), estudando a sua estrutura fatorial da escala e propriedades psicométricas.

No presente estudo participaram 253 adolescentes da Escola General Serpa Pinto Cinfães (55% do sexo feminino; 45% do sexo masculino), com idades compreendidas entre os 13 e os 17 anos. Os resultados indicam que as motivações compassivas e de autoimagem existem como fatores separados e independentes, explicando 52.65% da variância da CSIG. A escala apresentou boas propriedades psicométricas, embora a estabilidade temporal revele resultados ainda pouco consistentes. Verificou-se que as motivações compassivas estão positivamente associadas à proximidade e ligação aos outros, autocompaixão, ao receber e dar compaixão aos outros e negativamente associadas a sintomatologia depressiva e stress. Contrariamente ao esperado, as motivações de autoimagem encontram-se positivamente associadas com à proximidade e ligação aos outros, autocompaixão, ao receber e dar compaixão aos outros. Foram ainda encontradas diferenças de género nas motivações compassivas e de autoimagem em adolescentes, sendo que as raparigas apresentaram níveis mais elevados do que os rapazes.

Por fim, este estudo contribui para a validação da CSIG em adolescentes e reforça a importância de promover relações interpessoais mais focados no apoio, cuidado e ajuda aos outros, de modo a promover um funcionamento inter e intra individual adaptativo.

**Palavras-chave:** Motivações Compassivas; Motivações de Autoimagem; Adolescência; Análise fatorial exploratória;

### Abstract

The human being has fundamental motivations to satisfy the need to be accepted and belong. These motivations can be more linked to the self and the maintenance of a desired self-image or more linked to others and will influence social relationships. Thus, this study main aim is to explore the Compassionate and Self-Image Goals Scale (CSIG) factorial structure and psychometric properties.

The present study involved 253 adolescents from Escola General Serpa Pinto Cinfães (55% female; 45% male), aged between 13 and 17 years old. Results indicate that compassionate and self-image motivations exist as separate and independent factors, explaining 52.65% of the CSIG variance. The scale showed good psychometric properties, although the temporal stability still revealed inconsistent results. Compassionate goals were positively associated with closeness and connection with others, self-compassion, receiving and giving compassion to others and were negatively associated with depressive symptoms and stress. Contrary to what was expected, self-image goals were positively related to closeness and connection with others, self-compassion, compassion to and from others. Gender differences were also found in compassionate goals and self-image goals in adolescents, with girls showing higher levels than boys.

Finally, this study contributes to the validation of CSIG in adolescents and reinforces the importance of promoting interpersonal relationships more focused on supporting, caring and helping others, in order to promote adaptive, inter and intra individual functioning.

**Key-words:** Compassionate Goals; Self-Image Goals; Adolescence; Exploratory factor analysis;

## Índice

Introdução .....	6
Motivações de Autoimagem .....	2
Motivações Compassivas .....	4
Método.....	9
Participantes .....	9
Procedimento .....	10
Instrumentos .....	11
Estratégia analítica.....	14
Resultados.....	14
Análise preliminar dos dados .....	14
Análise fatorial exploratória.....	15
Análise descritivas e da consistência interna.....	16
Estabilidade temporal (fidedignidade teste-reteste) .....	17
Validade convergente e divergente.....	18
Análise de diferenças entre os géneros .....	19
Discussão .....	20
Referências bibliográficas.....	26
Anexos .....	30
Anexo 1 .....	31
Anexo 2 .....	32

## Introdução

Evolucionariamente os seres humanos foram adquirindo e desenvolvendo as suas competências psicológicas e sociais, de modo a responder às situações e satisfazer a sua necessidade de ser aceite, de pertencer e de se ligar aos outros, uma vez que esta é uma das motivações fundamentais do ser humano, que consiste na necessidade de desenvolver relacionamentos sociais significativos e duradouros, de reprodução e regeneração da espécie (Crocker, 2011; Crocker & Canevello, 2008).

Deste modo, a forma como os seres humanos respondem às suas necessidades e motivações físicas, sociais e psicológicas vai variar consoante o seu funcionamento inter e intrapessoal, sendo influenciados pela visão que os outros têm de nós e pela nossa própria visão de modo a evitar a rejeição, desvalorização e o isolamento (Crocker, 2011; Crocker & Canevello, 2008; Niiya, Crocker, & Mischkowski, 2012).

Segundo Crocker e Canevello (2008) existem dois tipos de motivações fundamentais que podem moldar o desenvolvimento social: motivações compassivas direcionadas para os outros e motivações de autoimagem, direcionadas para o eu. Estas motivações representam perspectivas dos indivíduos em relação ao relacionamento entre o eu e os outros, e traduz-se na ativação de sistemas fisiológicos distintos associados à autopreservação e a preservação das espécies (Crocker, Olivier & Nuer, 2009).

O tipo de motivações dos indivíduos, ora mais ligadas ao eu e ora mais ligadas aos outros, vai influenciar as suas relações sociais, os processos de compaixão e de ligação e proximidade com os outros. As motivações processos podem ter um impacto positivo ou negativo na vida dos indivíduos, sendo que quando têm impacto negativo no bem-estar psicológico dos indivíduos, podem levar ao aparecimento de sintomas psicopatológicos

(Crocker & Canevello, 2008; Erickson et al., 2017).

### **Motivações de autoimagem**

As motivações de autoimagem, focam-se na construção e manutenção de uma imagem pública e privada desejada do eu em que os indivíduos tentam obter algo para si mesmos. As motivações de autoimagem implicam a autoapresentação e gestão de impressões, não tendo como intenção enganar os outros, mas sim o intuito de transmitir uma informação específica e idealizada da própria concepção do eu, que a pessoa acredita ser verdadeira. A construção desta autoimagem desejada e o procurar que os outros reconheçam essas qualidades, surge com o intuito que os outros ajudem a atingir objetivos, tais como garantir o emprego, estabelecer novas amizades e obter o reconhecimento (Crocker & Canevello, 2008).

Segundo Crocker e Canevello (2008), as motivações de autoimagem são focadas principalmente nas necessidades e desejos dos indivíduos, preocupando-se apenas com os outros quando estes lhes podem causar bem-estar. Indivíduos com mais motivações de autoimagem, procuram criar uma imagem desejada de si e tentam fazer com que outras pessoas reconheçam as suas qualidades e encobrimo as suas falhas, o que pode influenciar negativamente os seus relacionamentos sociais, na medida em que estão tão focados em controlar a visão que os outros têm sobre eles, que não conseguem ao mesmo tempo prestar atenção as necessidades dos outros e consequentemente recebem menos apoio dos outros, tendo um efeito oposto ao esperado, traduzindo-se em relacionamentos desfavoráveis principalmente nos relacionamentos de longo prazo, o que pode levar à uma diminuição de bem-estar e a sintomas psicopatológicos (Crocker, 2011; Crocker & Canevello, 2008; Niiya, Crocker, & Mischkowski, 2012).

Os indivíduos com mais motivações de autoimagem, em situações de conflito relacional, procuram agir de forma defensiva em vez de discutir o problema e encontrar



soluções mais adaptativas. Estes indivíduos procuram evitar situações conflituosas, desenvolvendo uma imagem de bom companheiro (Niiya, Crocker, & Mischkowski, 2012).

Os indivíduos com níveis superiores de motivações de autoimagem percebem os relacionamentos entre si e com os outros numa perspetiva motivacional do ego, focando-se em si mesmos e nas suas necessidades e desejos. Nesta perspetiva as relações entre o eu e o outro são vistas como competitivas ou a soma de zero, em que o ganho de uma pessoa é perda de outra. Estes indivíduos são preocupados com a visão que os outros têm de si, procurando demonstrar a si mesmos e aos outros as qualidades desejadas, de modo a validar o seu valor e o seu merecimento, colocando as suas necessidades como prioridade e negligenciando as necessidades dos outros (Crocker, Olivier & Nuer, 2009).

Indivíduos com níveis superiores de motivações de autoimagem tendem a compararem-se com os outros como meio de obtenção de validação social, competindo com os pares pela aceitação e popularidade de modo a evitar a rejeição social. No entanto, esta tendência para a comparação social pode influenciar negativamente os seus relacionamentos sociais (Crocker & Canevello, 2008; Irons & Gilbert, 2005).

Os indivíduos com níveis superiores de motivações de autoimagem, recorrem a estratégias sociais tais como comportamentos de atração, de competição, de forma a serem aceites, essencialmente quando se sentem inferiores ou em posições submissas. Na medida em que possuem uma extrema preocupação acerca da visão dos outros sobre si e quando esta é colocada em risco, existe um impacto negativo no seu bem-estar, podendo gerar sentimentos negativos, tais como sentimentos de culpa, medo, vergonha, tristeza, e de rejeição e podem ainda gerar problemas psicológicos como ansiedade social (Crocker, Olivier, & Nuer, 2009; Gilbert, et al., 2017).

As motivações de autoimagem podem levar ao sofrimento psicológico dos indivíduos diretamente ou pelo impacto negativo nos seus relacionamentos. Na medida em que se

identificam como mais merecedores do que os outros, o que se traduz em ansiedade, sentimentos de solidão, insegurança, medo e confusão, pelo facto de perceberem os outros como ameaça (Crocker, 2011; Crocker & Canevello, 2008).

Do mesmo modo, os indivíduos com mais motivações de autoimagem, tendem a ser menos autocompassivos, na medida em que não conseguem enfrentar as suas falhas, e percebê-las como parte integrante da vida do ser humano procurando encobrir essas falhas (Crocker & Canevello, 2008; Niiya, et al., 2014).

### **Motivações Compassivas**

Quando falamos de motivações compassivas, referimo-nos ao apoio dado aos outros e não em obter algo dos outros, em que se preocupam genuinamente com os outros, com as suas necessidades e com o seu bem-estar, criando um ambiente caracterizado por sentimentos de proximidade, conexão e uma diminuição de conflitos. Quando as motivações dos indivíduos são mais compassivas os indivíduos dão cada vez menos importância a forma como os outros os vêm preocupando-se mais com o bem-estar dos outros, independentemente das suas características, melhorando as suas relações interpessoais. Indivíduos com motivações mais compassivas procuram promover o bem-estar e apoio aos outros, evitam prejudicá-los e concentram-se em ajudar e não em obter algo em troca, são mais sensíveis às necessidades dos outros, resultando em relacionamentos mais satisfatórios e um sentimento de compreensão do outro como merecedor de sucesso e bem-estar. (Crocker & Canevello, 2008; Niiya et al., 2012).

Os indivíduos com mais motivações compassivas focam-se no bem-estar dos outros e nas suas necessidades e menos em criar uma imagem desejada, conseguindo obter maior proximidade e ligação aos outros e uma maior necessidade de retribuir esse apoio, resultando num impacto positivo nos relacionamentos com os outros e no seu bem-estar, na medida em

que se sentem mais seguros e tranquilos nos relacionamentos sociais e experienciam mais sentimentos positivos de ligação e cuidado com os outros (Crocker & Canevello, 2008; Kelly & Dupasquier, 2016; Niiya et al., 2012).

Segundo vários estudos as motivações compassivas estão associadas a níveis mais elevados de autocompaixão, proximidade e sentimentos de clareza e conexão, aumento da confiança, apoio social e aumento do respeito pelos outros. As motivações compassivas estão ainda associadas a uma melhor autoestima, o que pode estar relacionado ao facto de os indivíduos se sentirem uteis ajudando os outros, ou pela reciprocidade, em que os outros me podem ajudar quando necessitar (Crocker & Canevello, 2010; 2011).

Em síntese, quando as motivações são mais compassivas os indivíduos procuram apoiar os outros e melhorar os relacionamentos, são mais sensíveis às necessidades dos outros, criando relações mais responsivas e obtendo relacionamentos mais satisfatórios. Quando os indivíduos se regem por motivações de autoimagem focam-se em tentar obter algo dos outros e na construção de uma imagem desejada de si, prejudicando os relacionamentos com os outros, por sua vez vai influenciar o bem-estar do individuo (Niiya, et al., 2012).

Segundo alguns estudos realizados em estudantes universitários americanos, referem que as motivações compassivas e de autoimagem têm consequências diferentes nos relacionamentos e no crescimento pessoal. Os indivíduos com níveis superiores de motivações compassivas procuram aperfeiçoar os seus relacionamentos, o crescimento e a saúde mental, enquanto que níveis superiores de motivações de autoimagem parecem terem um impacto na qualidade dos relacionamentos e na saúde mental. No seu estudo os autores verificaram que motivações compassivas estavam associadas a maior proximidade, apoio social, desejo de crescer e de melhorar relacionamentos sociais e a menos sintomatologia ansiosa e depressiva. Enquanto que as motivações de autoimagem estavam associados a solidão, conflito, diminuição do apoio social e ao aumento da ansiedade e da depressão (Kuncewicz, Niiya, & Crocker, 2015;

Niiya et al., 2013).

No sentido de estudar as motivações compassivas e de autoimagem Crocker e Canevello (2008), desenvolveram a Escala das Motivações Compassivos e de Autoimagem confirmando a existência de dois fatores tal como tal como seria esperado teoricamente. No seu estudo o instrumento apresentou boas propriedades psicométricas, sendo um instrumento confiável para avaliação das motivações compassivas e de autoimagem na população adulta. Verificaram ainda que as motivações compassivas estavam associadas a transcendência espiritual, elevados níveis de autocompaixão e de autoconsciência privada. Por outro lado, as motivações de autoimagem estavam associadas a menores competências de autocompaixão, maior autoconsciência pública e ansiedade social.

Crocker e Canevello (2008) verificaram ainda a existência de diferenças de género nas motivações compassivas, sendo que as mulheres apresentaram níveis superiores de relativamente ao sexo masculino, o mesmo não se verificou nas motivações de autoimagem em que não existiram diferenças de género.

Em Portugal, foi desenvolvido um estudo de validação da Escala das Motivações Compassivos e de Autoimagem para adultos, que confirmou a estrutura fatorial da escala, composta por 2 fatores, no entanto verificou-se a exclusão de 3 itens da escala, devido ao facto dos três itens saturarem nos dois fatores, obtendo assim uma escala composta por 10 itens. Neste estudo verificou-se que as motivações compassivas estão associadas a maior conectividade social, bondade, a humanidade comum e mindfulness, e menos sintomas de ansiedade, stress e depressão e sentimentos de vergonha. Relativamente às motivações de autoimagem verificou-se uma associação com maiores níveis de vergonha, depressão, ansiedade, stress, julgamento e isolamento e menores níveis de conectividade social, bondade e capacidade de não julgar a experiência (Lopes, 2014).

Contudo, tanto quanto sabemos não existe nenhum estudo que tenha explorado as

motivações compassivas e de autoimagem na adolescência. A importância de compreender as motivações na adolescência prende-se com o facto de esta ser uma das etapas desenvolvimentais que está mais associada à necessidade de pertencer e ser aceite pelos outros. É nesta etapa desenvolvimental que os indivíduos procuram desenvolver as suas competências sociais, emocionais, psicológicas e intelectuais, é ainda nesta etapa que os indivíduos dão maior importância às relações sociais (Ferreira & Nela, 2006).

A adolescência é caracterizada como um período de transição da infância para a idade adulta, com diversas mudanças na vida dos indivíduos, principalmente no que diz respeito à maturação dos sistemas neurofisiológicos que regulam a parte emocional e a existência de diversas tarefas desenvolvimentais tais como a formação da identidade, o relacionamento com o grupo de pares, sentido de pertença e de aceitação pelos outros (Ferreira & Nela, 2006; Gilbert & Irons, 2002).

Este processo de transição ocorre em ritmos diferentes para cada indivíduo, sendo influenciado por fatores como o género, etnia, condições socioeconómicas e culturais, que podem atrasar ou acelerar o processo. O objetivo é que ao longo desta etapa desenvolvimental os indivíduos consigam alcançar uma maturidade social e emocional, adquirindo características importantes para a transição para a idade adulta, orientando-se por padrões culturais. Contudo, este processo de transição pode constituir-se como um desafio para os adolescentes (Ferreira & Nela, 2006).

Os adolescentes são influenciados pelas transformações que ocorrem neste período e necessitam de se adaptar a estas novas estruturas psicológicas, ambientais e sociais, que conduzem o indivíduo à idade adulta. É nesta etapa desenvolvimental que se verifica um processo de descoberta, de individualização relativamente às figuras de referência e a procura de figuras de referência externas ao contexto familiar, atribuindo uma maior importância ao grupo de pares, na medida em que é com estes que os indivíduos despendem a maioria do seu

tempo e é destes que recebem um maior apoio para enfrentar os desafios e obstáculos que vão surgindo (Crocker & Canevello, 2008; Ferreira & Nela, 2006; Lins et al., 2016).

Nesta fase o grupo de pares tem um papel preponderante ao fornecer suporte emocional, auxiliando os indivíduos nas suas tarefas desenvolvimentais, tais como a construção da identidade, procurando ainda proporcionar emoções positivas e auxiliar na aquisição de valores e competências que lhes servem de orientação para o seu comportamento através da partilha de experiências (Gouveia-Pereira, Pedro, Amaral, Alves-Martins, & Peixoto, 2000).

Tendo em consideração que a adolescência é uma fase marcada pela transição da infância para a idade adulta, em que as relações sociais, particularmente com os pares assumem uma relevância central, este estudo foca-se em estudar as motivações compassivas e de autoimagem em adolescentes.

Deste modo, os objetivos do presente estudo passam primeiramente por adaptar a Compassionate and Self-image Goals (CSIG; Crocker & Canevello, 2008) para adolescentes e analisar a sua estrutura fatorial através de uma análise fatorial exploratória. Pretendemos também estudar as suas propriedades psicométricas nomeadamente a consistência interna, validade convergente e divergente e teste reteste. Para além disso, pretende-se explorar a relação entre as Motivações Compassivas e de Autoimagem, compaixão, proximidade com os outros e psicopatologia e por testar as diferenças de género nas motivações compassivas e de autoimagem numa amostra de adolescentes.

De acordo com os objetivos de estudo e com o referencial teórico acima apresentado, enumera-se de seguida as hipóteses para cada objetivo deste estudo:

H1- hipotetiza-se que a CSIG versão para adolescentes apresente uma estrutura fatorial composta por 2 fatores: motivações de autoimagem e compassivos semelhante à versão original.

H1.1 – Prevê-se que a CSIG detenha boas propriedades psicométricas.

H2.1- prevê-se que níveis mais elevados de motivações compassivas estejam associados a níveis mais elevados de compaixão e proximidade com os outros e níveis mais baixos de psicopatologia. Prevê-se ainda níveis mais elevados de motivações de autoimagem estejam correlacionados com níveis mais elevados de psicopatologia e níveis mais baixos de compaixão e proximidade com os outros.

H3- prevê-se obter diferenças estatisticamente significativas entre os géneros nas motivações compassivas e de autoimagem, especificamente hipotetizamos que as raparigas adolescentes tendam a apresentar níveis mais elevados de motivações compassivas do que os rapazes, espelhando o resultado encontrado nos adultos (Crocker & Canevello, 2008).

H3.1 -Em relação às motivações de autoimagem não se espera encontrar diferenças entre os géneros, resultado este semelhante ao encontrado na literatura (Crocker & Canevello, 2008).

## Método

### Participantes

No presente estudo foi utilizada uma amostra por conveniência, composta por 253 alunos, 139 (55%) do sexo feminino e 114 (45%) do sexo masculino, com idades compreendidas entre os 11 e os 17 anos ( $M= 13$ ,  $DP= 1.08$ ). Os participantes são alunos do 3º ciclo de escolaridade, sendo 100 alunos do 7º ano (40%), 80 alunos do 8º ano (32%) e 73 alunos do 9º ano (29%), da Escola General Serpa Pinto- Cinfães. Não se verificaram diferenças de género relativamente a idade dos participantes ( $t(251) = .920$ ,  $p = .36$ ,  $d = .12$ ), no entanto verificou-se que o género feminino têm mais escolaridade, embora esta diferença seja pequena ( $t(251) = 2.62$ ,  $p = .009$ ,  $d = .33$ ). Foram utilizados os seguintes critérios de exclusão:

existência de uma Perturbações do Neuro desenvolvimento, ou de necessidades educativas especiais que limitem o preenchimento das medidas de autorrelato.

### **Procedimento**

Inicialmente foi necessário solicitar a autorização ao diretor da instituição de ensino para a realização do estudo, assim como, todos os procedimentos necessários. A mesma foi solicitada no final do mês de outubro. De modo a obter um consentimento do mesmo por escrito foi elaborado um documento com informação relativa ao objetivo do estudo, uma breve definição do tema, a amostra pretendida, procedimentos e instrumento a serem utilizados (confrontar documento em anexo 1).

Após ter recebido autorização do diretor da escola, o passo seguinte, tratava-se de obter o consentimento informado dos pais/ encarregados de educação dos alunos. Nesse sentido, o consentimento informado contendo informação relativa ao objetivo do estudo, breve definição do tema, e os procedimentos éticos (anonimato e confidencialidade dos dados) foi enviado aos pais que o devolveram ao longo do mês de novembro. Apenas participaram neste estudo os alunos cujos pais/ encarregados de educação autorizaram a sua participação.

O presente estudo decorreu em 2 momentos distintos, ao longo de 7 semanas, tendo o primeiro momento ocorrido nas duas primeiras semanas do mês de dezembro, o segundo momento decorreu durante o mês de janeiro. A aplicação do protocolo de investigação decorreu em contexto sala de aula, na Escola General Serpa Pinto- Cinfães com a presença do professor responsável e da investigadora. Os alunos que não participaram no estudo ficaram a realizar ou a preparar alguma atividade solicitada pelo professor responsável.

Antes de iniciar a aplicação do protocolo de investigação do estudo, foi esclarecido aos participantes o objetivo do estudo, bem como assegurado o anonimato e confidencialidade dos



dados, tendo-se solicitado o seu consentimento informado (ver documento em anexo 2). Foi criado um código de 4 dígitos para cada participante, que consiste no dia do aniversário e o número da turma de forma a garantir o anonimato dos dados. A participação no estudo envolveu que o participante respondesse a um protocolo de investigação com a duração de 10/15 minutos.

### **Instrumentos**

Para além de um breve questionário sociodemográfico que permite avaliar sexo, idade e ano de escolaridade, os participantes preencheram também quatro medidas de autorrelato, nomeadamente:

A Escala das Motivações Compassivas e de Autoimagem (CSIG; Crocker & Canevello, 2008; Versão em Português de Pinto-Gouveia, Duarte, & Lopes, 2014) consiste em 13 itens que avaliam os objetivos interpessoais e de autoimagem. Prévia à aplicação deste instrumento foi necessário adaptar os itens para a população adolescente, fazendo pequenas adaptações nos itens. De modo a testar a compreensão dos itens para a população alvo foi realizado um estudo-piloto com cerca de 6 alunos de ambos os sexos que responderam ao questionário deram a sua opinião a cerca da clareza dos itens. Após este estudo piloto e tendo em consideração algumas dificuldades evidenciadas foram realizadas algumas alterações de forma a melhorar compreensão do instrumento. A CSIG inicia-se com a frase “*Durante a semana anterior, e em relação às suas amizades, quanto é que quis ou tentou:*” seguido por 6 itens que medem os objetivos de autoimagem (por exemplo, “*Fazer com que os outros reconheçam as tuas qualidades*”; “*Convencer os outros de que tens razão*”) e 7 itens que medem objetivos compassivos (por exemplo, “*Ser compreensivo e dar apoio aos outros*”; “*Ter compaixão (aceitar, tolerar, compreender) pelos erros e falhas dos outros*”; “*Evitar fazer alguma coisa que possa prejudicar os outros*”). Os participantes respondem numa escala de Likert de cinco pontos, de 1 (nada) a 5 (extremamente). No estudo original, os autores encontraram um alfa de

*Cronbach* de .90 para as motivações compassivas e .83 para as de autoimagem (Crocker & Canevello, 2008). Na versão portuguesa para adultos os autores encontraram valores aceitáveis de consistência interna sendo o alfa de *Cronbach* de .74 para as motivações compassivas e .76 para as motivações de autoimagem (Pinto-Gouveia et al, 2014). No presente estudo, a escala apresentou uma adequada consistência interna com o valor de alfa *Cronbach* foi de .86 no primeiro momento e de .82 no segundo momento para as motivações compassivas e de .73 no primeiro momento e de .75 no segundo momento para as motivações de autoimagem.

Escalas de Ansiedade, Depressão e Stress (EADS-21; Lovibond & Lovibond, 1995; tradução e adaptação de Ribeiro, Honrado, & Leal, 2004).

É uma escala que agrega três dimensões, Depressão, Ansiedade e Stress, constituídas por sete itens por cada dimensão, num total de 21 itens. Cada item consiste numa frase ou afirmação, que se refere a sintomas negativos, avaliando como cada adolescente vivenciou cada um dos sintomas, durante a última semana, numa escala de resposta tipo *Lickert* de 4 pontos (0 - “não se aplica nada a mim”; 3 - “aplicou-se a mim a maior parte do tempo”). Pontuações mais elevadas em cada escala correspondem a estados afetivos mais negativos (Pais-Ribeiro et al, 2004). No estudo original, os autores deparam-se com um alfa de *Cronbach* .85 para a Depressão, um alfa de *Cronbach* de .74 para a Ansiedade e de .81 para o Stress. Neste estudo, o valor de alfa *Cronbach* para a depressão foi de .84, para a Ansiedade de .82 e para o Stress de .85.

Escala de Atributos e Ações Compassivos (Attributes and Actions Compassionate Scale, Gilbert et al. 2014; versão portuguesa de Cunha, Matos, Gilbert, Pinto-Gouveia, & Duarte, 2016) é um instrumento de autorresposta constituído por três escalas que avaliam a compaixão na presença de situações de dificuldade ou sofrimento nomeadamente: compaixão dirigida ao eu (Escala de Autocompaixão), dirigida aos outros (Escala de Compaixão pelos Outros) e recebida dos outros (Escala de Receber Compaixão dos Outros). As três escalas

integram duas secções: os Atributos compassivos, constituídos por 8 itens que avaliam a motivação e capacidade dos indivíduos lidarem com o sofrimento com uma atitude calorosa e de aceitação; e a secção de Ações compassivas, composta por 5 itens alusivos as formas úteis e tolerantes de lidar com as emoções e pensamentos negativos em situações difíceis. Os itens são respondidos segundo uma escala tipo *Lickert* de 10 pontos em que 1 corresponde a “Nunca” e 10 é igual a “Sempre”. Quanto maior é a pontuação obtida, maior será a autocompaixão, a compaixão pelos outros e a recebida pelos outros (Rodrigues & Cunha, 2016). No estudo original em Português, os autores encontram uma boa consistência interna, com o valor de alfa *Cronbach* de .71 para a subescala autocompaixão atributos, de .88 para a autocompaixão ações, de .88 para a compaixão pelos outros atributos, de .91 para a compaixão pelos outros ações, de .88 para receber compaixão atributos e de .91 para o receber compaixão ações.

No estudo presente estudo, a escala apresentou uma adequada consistência interna a consistência, com o valor de alfa *Cronbach* de .71 para a subescala autocompaixão atributos, de .85 para a autocompaixão ações, de .84 para a compaixão pelos outros atributos, de .87 para a compaixão pelos outros ações, de .89 para receber compaixão atributos e de .93 para o receber compaixão ações.

Escala de Proximidade e Ligação aos Outros (EPLO: Social Safeness and Pleasure scale; Gilbert et al., 2009; tradução e adaptação de Dinis, Matos, & Pinto-Gouveia, 2009). É uma escala de autorresposta, composta por 11 itens, numa escala de resposta *Lickert* de 5 pontos (1= quase nunca; 5= quase sempre), refletindo a forma como os adolescentes sentem sensações de calor e segurança nas suas relações sociais. Pontuações mais altas indicam níveis mais elevados de segurança nas relações sociais (Kelly & Dupasquier, 2016). No estudo original, os autores encontraram um alfa de *Cronbach* de .93 na amostra normal e .88 na amostra forense. Neste estudo, o valor de alfa *Cronbach* da escala foi adequado ( $\alpha = .79$ ).

### **Estratégia analítica**

A análise estatística dos resultados foi efetuada no programa *Statistical Package for Social Sciences (SPSS)*, versão 24. De modo a responder aos objetivos e hipóteses do estudo foi realizada uma análise fatorial exploratória para testar a estrutura fatorial da escala de motivações compassivas e de autoimagem. Por um lado, realizaram-se teste *t* para amostras emparelhadas para analisar o teste Re-teste.

Para estudar a validade convergente e divergente, foram realizadas correlações de *Pearson* entre as subescalas de Motivações compassivas e de autoimagem com a proximidade e ligação aos outros, a depressão, a ansiedade, o stress, autocompaixão, compaixão pelos outros, receber compaixão dos outros (subescalas de atributos e ações). O tamanho das correlações foi interpretado de acordo com as guidelines de Cohen (1988) (entre .10 e .29 efeito pequeno; entre .30 e .49 efeito moderado; >.50 efeito grande).

Por fim, foram realizados testes *t* para amostras independentes no sentido de analisar as diferenças entre os géneros nas motivações compassivas e de autoimagem. Quando o teste *t* de *Student* se demonstrou significativo, foi calculado o tamanho do efeito, o qual foi interpretado de acordo com as diretrizes de Cohen (1988) em que os valores inferiores a .5 indicam um efeito pequeno; de .5 a .7 um efeito moderado e superiores a .8 um efeito grande.

## **Resultados**

### **Análise preliminar dos dados**

Relativamente a análise preliminar dos dados, verificou-se que nenhum dos itens da Escala das Motivações Compassivas e de Autoimagem nem das variáveis em estudo revelou graves alterações a normalidade, estando valores de curtose e assimetria dentro dos indicadores

de valores aceitáveis, ou seja,  $|Sk| < 3$  e  $|Ku| < 8$  (Kline, 2005).

### Análise fatorial exploratória

A análise preliminar confirmou a adequabilidade dos dados para a realização da Análise de Componentes Principais (Kaiser-Meyer-Olkin =.88; Prova de Esfericidade de Bartlett:  $p = .001$ ). A solução inicial indicava 3 fatores com valores próprios superiores a um, que explicavam 59.31% da variância total das Motivações Compassivas e de Autoimagem.

Considerando o ponto de vista teórico, em que os autores da escala referem que a mesma é composta por 2 fatores e recorrendo à análise do teste de Scree Plot (ver figura 1) considerou-se a existência 2 fatores como sendo a mais apropriada. Neste sentido, foi realizada uma nova AFE forçada a dois fatores que explicava 51.43 % da variância. Contudo 2 itens (itens 2 e 4) apresentavam saturações fatoriais em mais do que um fator, indicando que são pouco discriminatórios, pelo que foram retirados.

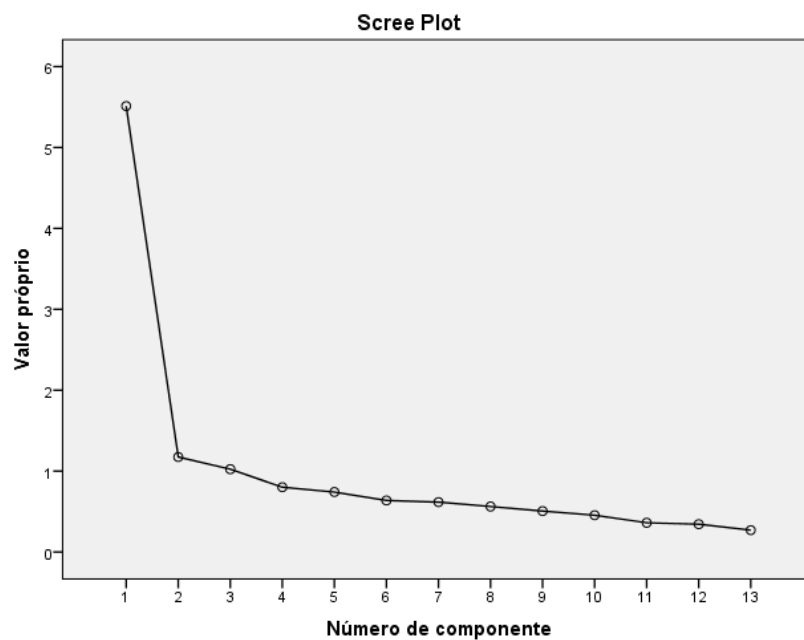


Figura 1. Scree plot

Para além disso, o item 7 (*“Na última semana, e em relação às tuas amizades, quanto é que quiseste ou tentaste evitar correr riscos ou cometer erros”*) que pertencia à subescala das motivações autoimagem saturou no fator das motivações compassivas.

O modelo final ficou composto por 2 fatores que explicaram 52.65 % da variância da Escala Motivações Compassivas e de Autoimagem. O primeiro Fator foi responsável por 34.22% da variância, e incluiu 7 itens relacionados com as motivações compassivas (e.g., *“Na última semana, e em relação às tuas amizades, quanto é que quiseste ou tentaste evitar fazer coisas que não são úteis (que não são boas) para ti ou para os outros”*; *“Na última semana, e em relação às tuas amizades, quanto é que quiseste ou tentaste ser construtivo/positivo/útil no que diz aos outros (dizer coisas positivas aos outros)”*). O segundo fator explicou 18.43% da variância e incluiu 4 itens que traduzem as Motivações de Autoimagem (e.g., *“Na última semana, e em relação às tuas amizades, quanto é que quiseste ou tentaste fazer com que os outros reconheçam as tuas qualidades”*; *“Na última semana, e em relação às tuas amizades, quanto é que quiseste ou tentaste evitar ser rejeitado(a) pelos outros (posto de lado pelos outros)”*). Os dois fatores encontravam-se associados de forma positiva e moderada ( $r = .53; p < .001$ ).

### **Análise descritivas e da consistência interna**

As médias, desvios-padrão e correlações item-total para cada item das subescalas Motivações Compassivas e de Autoimagem são apresentadas na Tabela 1. Ambas as subescalas apresentaram valores adequados de consistência interna, nomeadamente  $\alpha$  de Cronbach =.86 para as Motivações Compassivas e  $\alpha$  de Cronbach =.73 para as Motivações de Autoimagem, sendo que todos os itens contribuem significativamente para a consistência interna das subescalas.

**Tabela 1**

*Saturações Fatoriais, Comunalidades ( $h^2$ ), Médias (M), Desvios-padrão (DP), Correlação Item-total (r) e Alfa de Cronbach se Item for Eliminado ( $\alpha$ ) para a Estrutura Fatorial da Escala das Motivações Compassivas e de Autoimagem (N=253)*

	Motivações Compassivas	Motivações Autoimagem	$h^2$	M	DP	r	$\alpha$ se item eliminado
1. Evitar fazer coisas que não são úteis (que não são boas) para ti ou para os outros	.69	-	.51	4.03	1.07	.61	.85
5. Ter compaixão (aceitar, tolerar, compreender) pelos erros e falhas dos outros	.68	-	.50	4.21	0.87	.59	.85
7. Evitar correr riscos ou cometer erros	.64	-	.54	4.12	0.96	.63	.84
8. Ser construtivo/positivo/útil no que diz aos outros (dizer coisas positivas aos outros)	.76	-	.60	4.15	0.90	.65	.84
10. Evitar fazer alguma coisa que possa prejudicar os outros	.73	-	.62	4.12	1.10	.70	.83
11. Ser compreensivo e dar apoio aos outros	.78	-	.61	4.28	0.88	.64	.84
12. Fazer a diferença, positiva, na vida de alguém	.69	-	.52	4.26	0.87	.59	.85
3. Fazer com que os outros reconheçam as tuas qualidades	-	.49	.40	3.82	1.08	.40	.56
6. Evitar ser rejeitado(a) pelos outros (posto de lado pelos outros)	-	.76	.59	3.82	1.33	.43	.54
9. Evitar mostrar as tuas fraquezas (falhas/erros)	-	.64	.47	3.82	1.08	.43	.54
13. Convencer os outros de que tens razão	-	.67	.46	3.60	1.16	.37	.58

### Estabilidade temporal (fidedignidade teste-reteste)

Para analisar a estabilidade temporal, administrou-se a escala das motivações compassivas e de autoimagem em dois momentos distintos com uma diferença de 7 semanas

aos adolescentes ( $N=253$ ), obtendo-se correlações positivas moderadas a fortes entre os dois momentos temporais ( $r = .50$ ;  $p < .001$ ) para a subescala das motivações compassivas ( $r = .49$ ;  $p < .001$ ) e para a subescala das motivações de autoimagem. Do mesmo modo, foram realizados testes  $t$  para amostras emparelhadas, sendo que não existiram diferenças significativas nos dois momentos ( $t(238) = 1.612$ ,  $p = .108$ ,  $d = .105$ ) a subescala das motivações de autoimagem. Contudo, verificaram-se diferenças entre os dois momentos ( $t(238) = 2.640$ ,  $p = .009$ ,  $d = .171$ ) para a subescala das motivações compassivas.

### **Validade convergente e divergente**

Seguindo as guidelines de Cohen (1988), foram encontradas associações estatisticamente significativas positivas, fracas e moderadas, entre as motivações compassivas e a proximidade e ligação aos outros e o stress (cf. Tabela 2). Para além disso, as motivações compassivas estão positivamente relacionadas com a autocompaixão, receber compaixão dos outros e compaixão pelos outros (tanto nos atributos e ações) com associações de magnitude moderada a forte. Por outro lado, foram encontradas associações negativas, fracas e estatisticamente significativas entre as motivações compassivas e os sintomas depressivos e de stress.

As motivações de autoimagem não revelaram uma associação significativa com os sintomas de ansiedade, depressão e stress. Por fim, e ao contrário do esperado, foram ainda encontradas correlações significativas positivas, fracas a moderadas, entre as motivações de autoimagem e a autocompaixão, receber compaixão dos outros e compaixão pelos outros (tanto nos atributos e ações) e a proximidade e ligação aos outros.



**Tabela 2**

*Correlações de Pearson entre a Escala Motivações Compassivas e de Autoimagem e as restantes variáveis em estudo (N = 253)*

	Motivações Compassivas	Motivações Autoimagem
<b>Proximidade/Ligação aos</b>	.31***	.26***
<b>Outros</b>		
<b>Ansiedade</b>	-.09	.05
<b>Depressão</b>	-.15*	-.02
<b>Stress</b>	-.19**	-.05
<b>Autocompaixão Atributos</b>	.23***	.23***
<b>Autocompaixão Ações</b>	.32***	
<b>Compaixão pelos Outros</b>	.42**	.38***
<b>Atributos</b>		
<b>Compaixão pelos Outros</b>	.51***	.32***
<b>Ações</b>		
<b>Receber Compaixão</b>	.34***	.25***
<b>Atributos</b>		
<b>Receber Compaixão Ações</b>	.36***	.19**

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

### **Análise de diferenças entre os géneros**

Com o objetivo de averiguar as diferenças de género nas motivações compassivas e de autoimagem foram realizados testes  $t$  de *Student* para amostras independentes. Os resultados revelaram que existem diferenças entre ambos os géneros, nas motivações compassivas ( $t(210.627) = 3.703, p < .001, d = .47$ ) sendo que o género masculino apresentou valores inferiores ( $M = 3.99$  e  $DP = .431$ ) quando comparado com o género feminino ( $M = 4.31$  e  $DP = .602$ ). Nas motivações de autoimagem ( $t(219.174) = 3.020, p = .003, d = .38$ ) sendo que o género masculino apresentou níveis mais baixos ( $M = 3.60$  e  $DP = .862$ ) do que o género

feminino ( $M = 3.90$  e  $DP = .714$ ), com magnitudes de efeito pequenas.

### Discussão

Os seres humanos são seres sociais que possuem relacionamentos sociais e profissionais, de modo a satisfazer as suas necessidades físicas, sociais e psicológicas fundamentais. Uma dessas necessidades básicas é obter aceitação e inclusão social (Crocker, 2011; Crocker & Canevello, 2008; Kunczewicz et al., 2015).

Os seres humanos possuem dois tipos de motivações fundamentais para satisfazer as suas necessidades de aprovação e aceitação social que podem moldar o desenvolvimento social: motivações compassivas direcionadas para os outros e motivações de autoimagem, direcionadas para o eu. Estas motivações vão influenciar positiva ou negativamente a vida dos indivíduos, principalmente nas relações sociais, nos processos de compaixão e de ligação e proximidade com os outros (Crocker & Canevello, 2008; Erickson et al., 2017).

O presente estudo teve como principal objetivo adaptação da Escala Compassionate and Self-image Goals (CSIG; Crocker & Canevello, 2008) para adolescentes e analisar a sua estrutura fatorial através de uma análise fatorial exploratória.

A análise fatorial exploratória permitiu nos determinar que a estrutura fatorial foi composta por dois fatores, o que é semelhante ao que foi encontrado nos autores originais (Crocker & Canevello, 2008). Essa estrutura fatorial composta por dois fatores explicou 52.65% da variância total. No entanto, dois itens (itens 2 e 4) apresentaram saturações fatoriais em ambos os fatores, revelando-se pouco discriminativos e por isso foram removidos. Para além disso, e contrariamente ao esperado o item 7 (*“Na última semana, e em relação às tuas amizades, quanto é que quiseste ou tentaste evitar correr riscos ou cometer erros”*) pertencente à subescala das motivações autoimagem que saturou no fator das motivações compassivas.

Este resultado inesperado pode dever-se à interpretação do conteúdo do item pelos

participantes, na medida em que podem ter interpretado o item como evitar correr riscos ou cometer erros para não magoar os outros, o que nos remete mais para motivações compassivas.

Este resultado pode ainda ser explicado pelas influências culturais, uma vez que os participantes deste estudo vivem num contexto rural e com um nível socioeconómico mais baixo (Ferreira, 2019), o que influencia o desenvolvimento social destes adolescentes. Neste contexto é frequente ensinar-se desde a infância a importância de estabelecerem relacionamentos sociais mais próximos e genuínos com o outro, em que se promove a preocupação com os outros e a ajuda. Na medida em que estes meios rurais são compostos por um número reduzido de residentes, verificando-se uma maior união e uma maior preocupação genuína com os outros e com o seu bem-estar. Para além disso, é sabido que os seres humanos necessitam da aprovação social e do estabelecimento de relacionamentos sociais significativos, o que ocorre principalmente nesta etapa desenvolvimental, em que atribuem uma maior importância ao grupo de pares em detrimento das figuras cuidadoras (Ferreira & Nela, 2006; Gouveia -Pedro et al., 2000).

Neste estudo a CSIG apresentou uma adequada consistência interna, o que vai de encontro ao artigo original (Crocker & Canevello, 2008) e aos estudos de validação para a população portuguesa em adultos (Lopes, 2014; Pinto-Gouveia et al, 2014). Contudo, tanto no presente estudo como nos estudos existentes, verificaram-se valores de consistência interna superiores nas motivações compassivas em relação às motivações de autoimagem.

Por outro lado, a dimensão motivações de autoimagem revelou sensibilidade temporal, enquanto os resultados da dimensão motivações compassivas sugere dificuldades na estabilidade temporal. Contudo, um dos motivos para a falta de estabilidade temporal pode ter a ver com o intervalo temporal entre as duas avaliações ser demasiado extenso (sete semanas), sendo que alguns autores apontam um intervalo de duas semanas como sendo o intervalo ideal para avaliar o teste-reteste (Nunnally & Bernstein, 1994). Assim salienta-se a necessidade de

realização de mais estudos para confirmar estes resultados.

Neste estudo e acordo com a literatura existente, as motivações compassivas e de autoimagem revelaram-se positivamente e moderadamente associadas entre si, (Crocker & Canevello, 2008; Lopes, 2014; Niiya et al., 2014). Isto sugere que as motivações compassivas e de autoimagem não são mutuamente exclusivas, podendo coexistir ou existirem indivíduos com motivações mais compassivas ou de autoimagem, sendo influenciadas pelo ambiente e pelas experiências de vida. Na medida em que os indivíduos podem modificar as suas motivações ao longo do tempo, à medida que os objetivos e necessidades mudam, a forma como estes se relacionam com os outros também vai mudar (Lopes, 2014).

A dimensão motivações compassivas da GSIG revelou ainda possuir validade convergente e divergente. Especificamente, as motivações compassivas foram associadas positivamente à proximidade e ligação aos outros. Isto significa que os adolescentes com mais motivações de compassivas sentem-se mais próximos e ligados aos outros, no sentido em que procuram sentir-se seguros e tranquilos nos seus relacionamentos sociais, procuram experienciar sentimentos positivos de conexão, são mais sensíveis às necessidades dos outros, o que resulta em relacionamentos mais satisfatórios (Crocker & Canevello, 2008; Niiya et al., 2012).

Tal como esperado e de modo consistente com estudos anteriores realizados em adultos as motivações compassivas também se relevaram associadas à autocompaixão, compaixão pelos outros e ao receber compaixão dos outros (Crocker e Canevello, 2008; Lopes, 2014). Isto parece indicar que quando os adolescentes se concentram em ajudar os outros, e não em obter algo em troca, são mais sensíveis às necessidades dos outros e em perdoar os seus erros e falhas e as dos outros, resultando em relacionamentos mais satisfatórios e um sentimento de compreensão do outro como merecedor de sucesso e bem-estar (Crocker & Canevello, 2008; Niiya et al., 2012).

Como seria esperado as motivações compassivas, revelaram-se ainda negativamente associadas à depressão e ao stress. Isto parece indicar que os adolescentes que se focam em apoiar o outro, e não em obter algo dos outros, que se preocupam genuinamente com os outros, em que os indivíduos se sentem mais apoiados, compreendidos, apresentando menos sintomatologia depressiva e de stress (Crocker & Canevello, 2008).

Ao contrário do esperado, as motivações de autoimagem foram associadas positivamente à proximidade e ligação aos outros, à autocompaixão, a receber compaixão dos outros, dar compaixão aos outros e não revelaram associações significativas com à ansiedade, depressão e stress. Efetivamente a literatura mostra que indivíduos com mais motivações de autoimagem têm uma menor capacidade de serem autocompassivos e de perdoar as suas falhas ou erros, procurando obter algo dos outros e a construção de uma imagem desejada de si, o que tende a prejudicar os relacionamentos com os outros, podendo gerar sintomas psicopatológicos (Crocker, 2011; Crocker & Canevello, 2008; Crocker et al., 2009; Niiya, et al., 2012).

Estes resultados inesperados podem ficar a dever-se à faixa etária em estudo, no sentido em que os adolescentes procuram a aprovação e aceitação grupal, sentindo a necessidade de manter proximidade e ligação com o grupo de pares (Ferreira & Nela, 2006; Gilbert & Irons, 2002).

Os nossos dados sugerem que quando as motivações dos adolescentes se focam na obtenção e manutenção de uma imagem desejada ainda assim eles são capazes de ter uma atitude calorosa e de aceitação para com eles e para com os outros, sendo capazes de receber e oferecer compaixão aos outros. Na medida em que na adolescência as relações sociais são muito importantes, assim como a necessidade de pertencer e ser aceite, não se verifica uma distinção entre as diferentes motivações, em que estes consideram que a sua imagem influencia os relacionamentos, a aceitação, a valorização e a proximidade com os outros.

Estes resultados podem ainda ser explicados pelo contexto predominantemente rural,

nível socioeconómico dos adolescentes em estudo que detêm uma influência significativa no seu desenvolvimento social.

Por outro lado, poderão ter existido dificuldades na interpretação dos itens relativos às motivações de autoimagem. Apesar de ter sido realizado um pequeno estudo exploratório para avaliar a compreensão dos itens pelos adolescentes, é possível que estes tenham interpretado os itens associados à dimensão motivações de autoimagem como traduzindo uma preocupação e cuidado para com os outros e não a preocupação com a criação de uma imagem desejada de si. Esta possibilidade é ainda suportada pela baixa consistência interna desta dimensão, o que mostra a necessidade deste instrumento ser alterado, de modo a melhorar a compreensão dos itens particularmente junto da população adolescente.

Tanto quanto sabemos este é o primeiro estudo que mostra a existência de diferenças de género nas motivações compassivas e de autoimagem em adolescentes, sendo que as raparigas apresentaram níveis mais elevados de motivações compassivas e de autoimagem do que os rapazes. Estes resultados vão de encontro aos resultados de Crocker e Canevello (2008) em adultos onde também se verificaram diferenças de género nas motivações compassivas, sendo que as mulheres apresentaram níveis mais elevados do que os homens.

Contrariamente aos resultados de Crocker e Canevello (2008) que não verificaram existir diferenças de género nas motivações de autoimagem em adultos, neste estudo as raparigas apresentaram níveis mais elevados de motivações de autoimagem do que os rapazes. Este resultado pode dever-se à faixa etária em estudo, na medida em que é nesta etapa desenvolvimental que se verifica a necessidade de pertencer e ser aceite, principalmente no género feminino devido à sua vulnerabilidade, ao medo da avaliação negativa o que está associado a sua necessidade fundamental de ser aceite pelos outros, na medida em que nesta etapa desenvolvimental se atribui uma maior importância ao grupo de pares, procurando assim desenvolver uma imagem positiva de si de modo a obter aceitação e aprovação social (e.g.,

Gilbert & Irons, 2009).

Embora o nosso estudo apresente alguns resultados promissores, existem algumas limitações que devem ser consideradas, tais como as dificuldades dos adolescentes na interpretação dos questionários, apesar de ter sido realizado inicialmente um estudo piloto, de modo a minimizar essa limitação, podem ter persistido dificuldades na interpretação de alguns itens. Carece de mais estudos com amostras de adolescentes mais diversificadas que permitam a generalização dos dados, uma vez que a amostra em estudo está inserida numa vila num contexto rural, com um nível socioeconómico mais baixo, pelo que estas variáveis podem ter impacto nestes resultados. De igual modo, o uso de questionário de autorresposta, pode ser considerada como uma limitação, uma vez que pode resultar num enviesamento das respostas por parte dos sujeitos.

De um modo global, a presença de motivações compassivas e de autoimagem pode moldar a maneira como as pessoas interagem com outras pessoas, estando associada a melhor ou pior saúde mental e bem-estar, de acordo com as características do indivíduo, o ambiente circundante e as experiências de vida. Os resultados deste estudo corroboram a ideia de que a presença de motivações compassivas parece estar relacionada a características positivas, que podem ser benéficas para o bem-estar e a saúde mental dos adolescentes.

Neste sentido, o presente estudo apresenta implicações relevantes. Em primeiro lugar, a validação de uma medida que não existia para adolescentes, de aplicação fácil e características adequadas (embora algumas devam ser confirmadas em estudos subsequentes) e que permite compreender as motivações que movem os adolescentes nas suas relações com os outros. Por outro lado, salienta-se a importância de desenvolver programas psicoeducativos focados na promoção de relações interpessoais focadas no cuidado, apoio e entajuda em detrimento de motivações mais focadas na manutenção de uma imagem ideal, no sentido de promover um funcionamento inter e intra individual adaptativo.

**Referências bibliográficas**

- Castilho, P. & Gouveia, J. P. (2011). Auto-Criticismo: estudo de validação da versão portuguesa da Escala das Formas do Auto-Criticismo e Auto-Tranquilização (FSCRS) e da Escala das Funções do Auto-Criticismo e Auto-Ataque (FSCS). *Psychologica*, (54), 63-86.
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences (2nd ed.)*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Crocker, J. (2011). The paradoxical consequences of interpersonal goals: Relationships, distress, and the self. *Psychological Studies*, 56(1), 142-150.
- Crocker, J. & Canevello, A. (2008). Creating and undermining social support in communal relationships: The role of compassionate and self-image goals. *Journal of Personality and Social Psychology*, 95(3), 555.
- Crocker, J., Olivier, M. A., & Nuer, N. (2009). Self-image goals and compassionate goals: Costs and benefits. *Self and Identity*, 8(2-3), 251-269. doi: 10.1080/15298860802505160
- Cunha, M., Rodrigues, C., Matos, M., Galhardo, A., & Couto, M. (2017). Compassionate Attributes and Action Scale for Adolescents: adaptation and validation. *European Psychiatry*, 41,1-910. doi: 10.1016/j.eurpsy.2017.01.423
- Erickson, T. M., Granillo, M. T., Crocker, J., Abelson, J. L., Reas, H. E., & Quach, C. M. (2018). Compassionate and self-image goals as interpersonal maintenance factors in clinical depression and anxiety. *Journal of Clinical Psychology*, 74(4), 608-625. doi: 10.1002/jclp.22524.
- Ferreira, M., & Nelas, P. B. (2006). Adolescências... Adolescentes... *Millenium*, 32, 141-162. Retirado de <http://hdl.handle.net/10400.19/409>





- Gilbert, P., & Irons, C. (2009). Shame, self-criticism, and self-compassion in adolescence. *Adolescent Emotional Development and the Emergence of Depressive Disorders, 1*, 195-214.
- Gouveia-Pereira, M., Pedro, I., Amaral, V., Alves-Martins, M., & Peixoto, F. (2000). Dinâmicas grupais na adolescência. *Análise Psicológica, 18*(2), 191-201. Retirado de <http://www.scielo.mec.pt/pdf/aps/v18n2/v18n2a05.pdf> .
- Kelly, A. C., & Dumasquier, J. (2016). Social safeness mediates the relationship between recalled parental warmth and the capacity for self-compassion and receiving compassion. *Personality and Individual Differences, 89*, 157-161. doi:[10.1016/j.paid.2015.10.017](https://doi.org/10.1016/j.paid.2015.10.017)
- Kline, T. J. (2005). *Psychological testing: A practical approach to design and evaluation*. Sage Publications.
- Kuncewicz, D., Niiya, Y., & Crocker, J. (2015). Are compassionate and self-image goals comparable across cultures?. *Polish Psychological Bulletin, 46*(4).
- Lins, S. L. B., Campos, M., Leite, A. C., Carvalho, C. L., Cardoso, S., & Natividade, J. C. (2016). Evidências de validade da Escala de Orientação para a Comparação Social (INCOM) para o contexto de adolescentes portugueses. *Psicologia, 30*(1), 1-14. doi: [10.17575/rpsicol.v30i1.1034](https://doi.org/10.17575/rpsicol.v30i1.1034)
- Lopes, J. R. C. (2014). *Validation of the compassionate and self-image goals scale for the portuguese population* (Master's thesis)
- Niiya, Y., Crocker, J., & Mischkowski, D. (2013). Compassionate and self-image goals in the United States and Japan. *Journal of Cross-Cultural Psychology, 44*(3), 389-405.
- Nunnally, J.C. and Bernstein, I.H. (1994) The Assessment of Reliability. *Psychometric Theory, 3*, 248-292.
- Pais-Ribeiro, J. L., Honrado, A., & Leal, I. (2004). Contribuição para o estudo da adaptação



portuguesa das escalas de ansiedade, depressão e stress (EADS) de 21 itens de Lovibond e Lovibond. *Psicologia, saúde & doenças*, 5(2), 229-239.

Rodrigues, C. M. P., & Cunha, M. O. (2016). Adaptação e Validação da Escala dos Atributos e Ações Compassivas para Adolescentes (Master's thesis, ISMT). Retirado de <http://repositorio.ismt.pt/handle/123456789/673>



# **Anexos**

## Anexo 1

**Projeto sobre as Motivações Compassivas e de Autoimagem**

No âmbito do plano de estudos de Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde, da Universidade Portucalense Infante D. Henrique, encontro-me a desenvolver um projeto de investigação sobre a relação entre as Motivações Compassivas e de Autoimagem com o funcionamento Intra e Inter pessoal dos Adolescentes. O estudo decorrerá em 3 momentos distintos, consiste no preenchimento de um questionário por alunos de ambos os géneros, com idades compreendidas entre os 12 e os 17 anos, que frequentem o 3º Ciclo (7º ano, 8º ano, 9º ano, ou CEF) da Escola General Serpa Pinto- Cinfães e que não possuam qualquer Perturbações do Neuro-desenvolvimento ou qualquer dificuldade educativa especial que limite o preenchimento das medidas de autorrelato.

**Objetivo geral:**

- ✓ Explorar a relação entre as Motivações Compassivas e de Autoimagem, Compaixão, proximidade com os outros, comparação social e psicopatologia ao longo dos três momentos.

**Protocolo composto por:**

- ✓ Questionário sociodemográfico;
- ✓ 5 Instrumentos de autorresposta:
  - ✓ Escala de Comparação Social para Adolescentes (ECS-A) (Xavier, Cunha, & Pinto-Gouveia, 2011)
  - ✓ Escala de Ansiedade, Depressão e Stresse (EADS-21) (Pais-Ribeiro, Honrado, & Leal, 2004)
  - ✓ Escala de motivações compassivas e de autoimagem (CSIGS) (Crocker & Canevello, 2008)
  - ✓ Escalas dos Atributos e Ações Compassivas-Adaptação para adolescentes (Cunha, Rodrigues, Matos, Galhardo, & Couto, 2017)
  - ✓ Escala de Proximidade e Ligação aos Outros para adolescentes (EPLO-A) Castilho, Dinis, Xavier, & Brazão, 2015)

**Procedimento:**

A colaboração do estudantes consiste no preenchimento **voluntário e anónimo** de questionários, aplicados em grupo, no contexto de sala de aula, na presença do/a Professor/a e da Investigadora, demorando cerca de 15 minutos em três momentos distintos. O primeiro momento a ocorrer em dezembro, o segundo momento no início de janeiro e o terceiro momento no final de março. Estes momentos de recolha de dados serão previamente combinados com os respetivos diretores de turma e de acordo com a sua conveniência de modo a não prejudicar o funcionamento das aulas e as aprendizagens dos alunos.

Os resultados obtidos com a aplicação destes instrumentos são **estritamente confidenciais** e exclusivamente utilizados para efeitos de investigação.

Tomei conhecimento

o Diretor.



23/10/2019.



## Anexo 2



UNIVERSIDADE PORTUCALENSE



### Projeto de Investigação

No âmbito do plano de estudos de Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde, da Universidade Portucalense Infante D. Henrique, encontro-me a realizar uma investigação sobre a relação entre as Motivações Compassivas e de Autoimagem com o Funcionamento Intra e Inter pessoal dos Adolescentes.

A participação consiste no preenchimento **voluntário** e **anónimo** de questionários, aplicados em sala de aula.

Para manter o anonimato da tua participação, é necessário criar um código de 4 números. **O código consiste no dia o dia do teu aniversário e do teu número da turma.** Por exemplo: 02/09. (dia de nascimento 02, número da turma 09).

Não existem respostas certas ou erradas, sendo que o mais importante é que respondas a todas as questões de forma mais sincera possível e seleccionando apenas uma resposta para cada questão. O questionário é anónimo e confidencial e os dados recolhidos serão apenas analisados para fins académicos.

Desde já agradeço a tua colaboração.

A Investigadora  
Sónia Catarina Sousa Amaral



R. Dr. António Bernardino de Almeida,  
541/619, 4200-072 Porto

T +351 22 557 20 00  
M +351 96 977 39 67  
[upt@upt.pt](mailto:upt@upt.pt)

GPS  
41° 10' 49.16" N  
8° 36' 18.17" W

[www.upt.pt](http://www.upt.pt)