



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL  
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO  
UNIVERSIDADE FEDERAL DE UBERLÂNDIA  
INSTITUTO DE PSICOLOGIA  
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA



*Rodrigo Gomes Santana*

**Estudo das Relações entre a Atitude de Perdoar Ofensas  
Interpessoais e os Esquemas Iniciais Desadaptativos**

Uberlândia

2011



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL  
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO  
UNIVERSIDADE FEDERAL DE UBERLÂNDIA  
INSTITUTO DE PSICOLOGIA  
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA



*Rodrigo Gomes Santana*

## **Estudo das Relações entre a Atitude de Perdoar Ofensas Interpessoais e os Esquemas Iniciais Desadaptativos**

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Psicologia – Mestrado, do Instituto de Psicologia da Universidade Federal de Uberlândia, como requisito parcial para a obtenção do Título de Mestre em Psicologia Aplicada.

Área de Concentração: Psicologia Aplicada.

Orientadora: Prof<sup>a</sup>. Dr<sup>a</sup>. Renata Ferrarez  
Fernandes Lopes.

**Uberlândia**

**2011**

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

Sistema de Bibliotecas da UFU, MG, Brasil.

---

S232e Santana, Rodrigo Gomes, 1984-  
2011 Estudo das relações entre a atitude de perdoar ofensas inter-  
pessoais e os esquemas iniciais desadaptativos / Rodrigo Gomes  
Santana. – 2011.  
174 f.

Orientadora: Renata Ferrarez Fernandes Lopes.  
Dissertação (mestrado) - Universidade Federal de Uberlândia,  
Programa de Pós-Graduação em Psicologia.

Inclui bibliografia.

1. Psicologia - Teses. 2. Psicologia aplicada - Teses. 3. Terapia  
cognitiva - Teses. 4. Perdão - Teses. I. Lopes, Renata Ferrarez Fer-  
nandes. II. Universidade Federal de Uberlândia. Programa de Pós-  
Graduação em Psicologia. III. Título.

---

CDU: 159.9



**SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL  
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO  
UNIVERSIDADE FEDERAL DE UBERLÂNDIA  
INSTITUTO DE PSICOLOGIA  
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA**



*Rodrigo Gomes Santana*

**Estudo das Relações entre a Atitude de Perdoar Ofensas Interpessoais e os Esquemas  
Iniciais Desadaptativos**

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Psicologia – Mestrado, do Instituto de Psicologia da Universidade Federal de Uberlândia, como requisito parcial para a obtenção do Título de Mestre em Psicologia Aplicada.

Área de Concentração: Psicologia Aplicada.

Orientadora: Prof<sup>a</sup>. Dr<sup>a</sup>. Renata Ferrarez Fernandes Lopes.

**Banca Examinadora**

Uberlândia, 30 de Agosto de 2011.

---

Prof<sup>a</sup>. Dr<sup>a</sup>. Renata Ferrarez Fernandes Lopes  
Orientadora (Universidade Federal de Uberlândia)

---

Prof. Dr. Júlio Rique Neto  
Examinador (Universidade Federal da Paraíba)

---

Prof. Dr. Ederaldo José Lopes  
Examinador (Universidade Federal de Uberlândia)

---

Prof<sup>a</sup>. Dr. José Aparecido da Silva  
Examinador Suplente (Faculdade de Filosofia, Ciências e Letras de Ribeirão Preto)



*Peanuts*, por **Charles M. Schulz**.

\*\*\*

De tudo, ficaram três coisas: a certeza de que ele estava sempre começando, a certeza de que era preciso continuar e a certeza de que seria interrompido antes de terminar. Fazer da interrupção um caminho novo. Fazer da queda um passo de dança, do medo uma escada, do sonho uma ponte, da procura um encontro.

*Fernando Sabino*, em "O encontro marcado".

*Dedico este trabalho à minha mãe, que foi em sua  
simplicidade, minha primeira professora.*

## AGRADECIMENTOS

*Esquece as injúrias, nunca as amabilidades*  
**Confúcio**

Por mais lugar-comum que seja comparar o alcance de um objetivo a algum tipo de viagem, não consigo pensar *neste* mestrado de outra forma. Iniciei esse caminho com algumas expectativas. Achei que seria muito tranquilo, que seria fácil. Pensei que os rumores que ouvia sobre ser um trajeto marcado por certos percalços, eram apenas isso, rumores! Como bom apreciador da TCC, acreditava que bastaria pensar equilibrado, cuidando para que os sentidos extraídos dessa vivência fossem os mais adaptados e funcionais. Entretanto, uma vez na rotina acadêmica, tais expectativas mostraram-se pouco acertadas. Foi mesmo uma jornada! Houve algumas adversidades, dúvidas e períodos de cansaço. Mas, felizmente, houve mais espaço para acertos, aprendizados, retomadas, e momentos de alegria. E é pensando nesses detalhes, que escrevo esses agradecimentos.

Ao Programa de Pós-Graduação em Psicologia por possibilitar a realização do mestrado e aos Professores que se dispuseram a transmitir seu conhecimento.

Às secretárias do PGPSI, Marineide e Alice, pela prontidão em auxiliar nós, alunos, com alegria e boa vontade louváveis.

Aos pesquisadores do campo do perdão, os professores Júlio Rique Neto, Michael E. McCullough, Everett L. Worthington, e Kathleen Lawler-Row, que gentilmente me auxiliaram com artigos, livros e outros materiais, facilitando consideravelmente a tarefa de revisão bibliográfica.

Aos participantes desta pesquisa que prontamente responderam aos questionários e escalas.

Aos professores Ederaldo José Lopes e Alexandre Vianna Montagnero, pelos preciosos apontamentos feitos ao meu trabalho durante a banca de qualificação.

À professora e orientadora, Renata Ferrarez Fernandes Lopes, não apenas pelas orientações de natureza acadêmica, mas também por todas as trocas e reflexões que tiveram espaço nas supervisões, e que me ajudaram a compreender melhor algumas situações, e continuar seguindo em frente!

Aos colegas de mestrado, em especial às minhas “irmãs intelectuais” e doravante, amigas, Marseilly e Jesselyn. Agradeço pela presença sempre agradável, e pelo companheirismo nos momentos de alegria e de aperto. Que “o grupo” continue existindo para o bem estar psicológico de todos nós!

À querida Tati Coutinho, amiga de tempos antigos e para além da vida, com quem felizmente partilho um caminho desde a graduação, meu muito obrigado! Por sua amizade, pelas gentilezas, pelas conversas acolhedoras, ensinamentos, conselhos e trocas, enfim, pela confiança e fonte de força! Gosto de acreditar que certos encontros não ocorrem por acaso!

Aos amigos que acompanharam o desenrolar de todo esse processo, e que me motivavam a continuar a cada vez que me apresentavam a pergunta “*E o mestrado?*”, cuja resposta só poderia se dar por meio da ação. Agradeço em especial à Janaina e Regina Ribeiro, Renata Cipriano, Nágila e Alana Batista, Anderson Campos, Roberta Buiatti, Felipe Cunha, Letícia Terra, Bia Ferreira, Marcela Prince, Mônica Cristina, Janaína Aparecida, Elisa Silvestre, Cinthia Pereira, Keila Marine, Carol Moreira, Angélica Luiza, e Professor Armando. Obrigado pela presença de cada um, pessoal ou virtualmente, pelo suporte acadêmico, emocional e psicológico fundamentais, e também pelos momentos de descontração!

E por último, mas não menos importante, à minha família. Em especial à minha avó Anária, pelo carinho de sempre e por compreender minhas ausências! Ao meu irmão Netinho, pelo apoio e força constantes, pelo exemplo de perseverança e persistência, e pelo olhar de esperança diante das adversidades! À minha cunhada e amiga Sônia, pelo carinho, amizade e cumplicidade! À dona Maria, pela amizade que sempre se faz presente! E finalmente, agradeço aos meus pais, Hélio e Olga, que iniciaram essa “saga” quando me deram a vida, por serem meus primeiros mestres, sempre pacientes e apoiadores nas minhas escolhas!

Quero que saibam que estar acompanhado durante esse percurso, conhecendo gente nova e fortalecendo laços antigos fez toda a diferença! E embora tenha apresentado aqui, em forma de palavras, a minha gratidão, espero ter sido suficientemente claro em demonstrar, mesmo nos encontros mais rápidos, o meu reconhecimento por aquilo que cada um, a seu modo, fez e faz por mim.



## RESUMO

Esta pesquisa teve como objetivo principal analisar a relação entre a disposição para perdoar em situações específicas e a intensidade dos Esquemas Iniciais Desadaptativos (EIDs) em uma amostra não clínica de indivíduos adultos. Participaram da pesquisa 41 pessoas, com idade média de 27,8 anos. Foram utilizados três instrumentos de avaliação: a *Escala de Atitudes para o Perdão (EFI)*, a *Escala de Desejabilidade Social de Crowne-Marlowe* e o *Questionário de Esquemas Young (versão breve)*. Após a coleta, os dados foram submetidos a procedimentos estatísticos descritivos e correlacionais. Em se tratando dos resultados referentes à EFI, assim como em outros estudos que utilizaram a mesma escala, foram verificadas correlações positivas das subescalas de comportamento, julgamento e afeto, entre si, e com o escore total da EFI, assim como com a escala independente Item do Perdão – uma escala independente que mede o quanto o indivíduo perdoou o ofensor de forma completa. Os resultados mostraram também que o escore total da EFI e do Item do Perdão correlacionaram-se positivamente, enquanto que a escala de desejabilidade social não apresentou correlações significantes com nenhuma das duas medidas. Com relação à medida de intensidade da ofensa, observou-se uma correlação negativa desta variável com as medidas de perdão, indicando que o grau de perdão foi tanto menor quanto maior a intensidade percebida da mágoa. Com respeito à intensidade do perdão, o grau médio do perdão dos participantes foi de 266 pontos – num escore que varia de 60 (baixo grau de perdão) a 360 (alto grau de perdão) – sendo que mais da metade da amostra (61%,  $n = 25$ ) reportou graus de perdão superiores à média. Em se tratando dos graus de perdão medidos pelas subescalas da EFI, os resultados mostraram que a amostra expressou o perdão mais intensamente pela via cognitiva. O grau de perdão afetivo ( $M = 81,3$ ) permaneceu significativamente menor que o grau de perdão comportamental ( $M = 88,2$ ) e cognitivo ( $M = 96,8$ ), indicando que foi mais difícil para os participantes perdoar afetivamente. Finalmente, considerando o objetivo principal desta pesquisa, os resultados mostraram correlações negativas entre a medida de perdão utilizada como variável critério (Item do Perdão) e quatro dos cinco domínios de esquemas propostos por Young, a saber: desconexão e rejeição ( $\rho = -0,534$ ;  $p < 0,05$ ), autonomia e desempenho prejudicados ( $\rho = -0,440$ ;  $p < 0,05$ ), orientação para o outro ( $\rho = -0,371$ ;  $p < 0,05$ ) e por fim, o domínio de limites prejudicados ( $\rho = -0,472$ ;  $p < 0,01$ ). Assim, a probabilidade de que os participantes perdoassem de forma completa seus ofensores foi menor à medida que apresentassem maior intensidade nestes domínios e seus esquemas. Os resultados verificados nesta pesquisa ampliam o conhecimento atual que se tem em relação ao processo de perdão em si, bem como a respeito de sua interface com as estruturas cognitivas denominadas esquemas, que têm um importante papel na organização da personalidade, do ponto de vista terapêutico nas abordagens cognitivas.

**Palavras chave:** Perdão Interpessoal, Esquemas Iniciais Desadaptativos, Personalidade, Terapia do Esquema, Terapia Cognitivo-Comportamental.

## ABSTRACT

This research was designed to examine the relationship between the willingness to forgive in specific situations and intensity of Early Maladaptive Schemas in a nonclinical sample of adults. Forty-one people participated in the survey, with an average age of 27.8 years. Were used three instruments: the *Enright Forgiveness Inventory (EFI)*, the *Crowne-Marlowe Social Desirability Scale* and the *Young Schema Questionnaire (short version)*. After application of the measures, statistical procedures were applied. In terms of results related to EFI, the same way in other studies that used this scale, were found positive correlations of the subscales of behavior, cognition and affection among themselves and with the total score of EFI, as well as with the 1-Item Forgiveness Scale – an independent measure to evaluate how much the individual has forgiven the offender, in a complete mode. The results also showed that the EFI total score and the 1-Item Forgiveness Scale correlated positively, while the social desirability scale didn't show significant correlations with any of the two measures. Concerning the intensity of the offense, there was a negative correlation of this variable with measures of forgiveness, indicating that the degree of forgiveness was less the greater the perceived intensity of injury. With respect to the intensity of forgiveness, the average degree of forgiveness of the participants was 266 points – a score that ranges from 60 (low degree of forgiveness) to 360 (high degree of forgiveness) – and over half of the sample (61%,  $n = 25$ ) reported levels of forgiveness higher than average. In terms of degrees of forgiveness measured by subscales of the EFI, the results showed that sample expressed more intensely the cognitive forgiveness ( $M = 96.8$ ). The degree of affective forgiveness ( $M = 81.3$ ) remained significantly lower than the degree of behavioral forgiveness ( $M = 88.2$ ) and cognitive forgiveness, indicating that it was harder to participants offer the emotional forgiveness. Finally, considering the main objective of this research, the results showed negative correlations between the measure of forgiveness used as a criterion variable (1-Item Forgiveness Scale) and four of the five domains of schemes proposed by Young, to wit: disconnection and rejection ( $\rho = -0.534$ ,  $p < 0.05$ ), impaired autonomy and performance ( $\rho = -0.440$ ,  $p < 0.05$ ), other-directedness ( $\rho = -0.371$ ,  $p < 0.05$ ) and finally, the impaired limits domain ( $\rho = -0.472$ ,  $p < 0.01$ ). Thus, the probability of the participants forgive their offenders has decreased as a function of the magnitude of the participant's domains and their schemes. The results observed in this study expands the current knowledge about the process of forgiveness, as well as about its interface with the cognitive structures called schemas, which have an important role in the organization of the personality, from the therapeutic point of view in cognitive approaches.

**Keywords:** Interpersonal Forgiveness, Early Maladaptive Schemas, Personality, Schema Therapy, Cognitive Behavioral Therapy.

## LISTA DE QUADROS

<b>Quadro 1</b>	O modelo de perdão interpessoal proposto por Enright.	47
<b>Quadro 2</b>	Esquemas Iniciais Desadaptativos (EIDs) e seus respectivos domínios.	70

## LISTA DE FIGURAS

<b>Figura 1</b>	Histogramas com curva normal para as variáveis da EFI.	94
<b>Figura 2</b>	Histograma com curva normal para a Escala de Desejabilidade Social de Crowne-Marlowe.	95
<b>Figura 3</b>	Histogramas com curva normal para os Domínios de Esquemas do YSQ.	98
<b>Figura 4</b>	Histogramas com curva normal para os EIDs do Domínio de Desconexão e Rejeição.	99
<b>Figura 5</b>	Histogramas com curva normal para os EIDs do Domínio de Autonomia e Desempenho Prejudicados.	100
<b>Figura 6</b>	Histogramas com curva normal para os EIDs do Domínio de Orientação para o Outro.	101
<b>Figura 7</b>	Histogramas com curva normal para os EIDs do Domínio de Supervigilância e Inibição.	101
<b>Figura 8</b>	Histogramas com curva normal para os EIDs do Domínio de Limites Prejudicados.	102
<b>Figura 9</b>	Comparação entre médias da EFI e suas subescalas em estudos diferentes.	104

## LISTA DE TABELAS

<b>Tabela 1</b>	Estágios de Desenvolvimento Moral de Kohlberg e Estágios Desenvolvidos do Perdão de Enright.	34
<b>Tabela 2</b>	Valores de Assimetria para a EFI.	93
<b>Tabela 3</b>	Valor de assimetria para a Escala de Desejabilidade Social de Crowne-Marlowe.	95
<b>Tabela 4</b>	Valores de assimetria para os esquemas e domínios do YSQ.	97
<b>Tabela 5</b>	Escore médio, medianas, desvios padrão e variância dos escores obtidos na EFI.	103
<b>Tabela 6</b>	Notas Z e significância das subescalas da EFI submetidas ao Teste de Wilcoxon.	105

<b>Tabela 7</b>	Frequências, médias e desvios padrão na EFI, em função da escala Item do Perdão.	108
<b>Tabela 8</b>	Valores do Teste Mann-Whitney em função da diferença entre sexos na EFI.	109
<b>Tabela 9</b>	Correlações de Spearman entre os fatores da Escala de Atitudes para o Perdão (EFI) e a Escala de Desejabilidade Social.	110
<b>Tabela 10</b>	Frequências, médias e desvios padrão da EFI para Contextos de ofensa.	115
<b>Tabela 11</b>	Frequências, médias e desvios padrão da EFI para os diferentes Ofensores.	115
<b>Tabela 12</b>	Frequências, médias e desvios padrão da EFI para os Tipos de Ofensa em função do Contexto.	117
<b>Tabela 13</b>	Valores do Teste Kruskal-Wallis em função dos tipos de ofensa na EFI.	118
<b>Tabela 14</b>	Frequências, médias e desvios padrão da EFI para Intensidade da Ofensa.	118
<b>Tabela 15</b>	Valores do Teste Kruskal-Wallis em função das intensidades das ofensas na EFI.	119
<b>Tabela 16</b>	Frequências e porcentagens referentes ao tempo decorrido das ofensas.	120
<b>Tabela 17</b>	Escore médios, medianas, desvios padrão e variância para o YSQ.	121
<b>Tabela 18</b>	Notas Z e significância dos domínios de esquemas do YSQ submetidos ao Teste de Wilcoxon.	123
<b>Tabela 19</b>	Notas Z e significância dos esquemas iniciais desadaptativos de cada domínio do YSQ submetidos ao Teste de Wilcoxon.	124
<b>Tabela 20</b>	Valores do Teste Mann-Whitney no YSQ em função da variável sexo.	125
<b>Tabela 21</b>	Médias e desvios padrão dos esquemas em função do sexo.	126
<b>Tabela 22</b>	Valores do Teste Kruskal-Wallis para a intensidade dos Domínios de Esquemas e EIDs em função do Item do Perdão.	128
<b>Tabela 23</b>	Correlações de Spearman entre os fatores da Escala de Atitudes para o Perdão (EFI) e os fatores do Questionário de Esquemas Young (YSQ).	129

## SUMÁRIO

**Resumo**

**Abstract**

**Lista de Quadros**

**Lista de Figuras**

**Lista de Tabelas**

<b>1. Introdução.....</b>	<b>15</b>
<b>2. Justificativa.....</b>	<b>20</b>
<b>3. Perdão Interpessoal.....</b>	<b>27</b>
3.1. O Perdão na Psicologia: Aspectos Históricos.....	27
3.2. O Perdão Interpessoal: Aspectos Conceituais.....	39
3.3. Bases evolutivas do comportamento de Perdoar.....	53
3.4. Aspectos Motivacionais e Perspectivas das Vítimas e Ofensores quanto ao comportamento de perdoar.....	57
<b>4. Esquemas Iniciais Desadaptativos (EIDs).....</b>	<b>64</b>
<b>5. Objetivos.....</b>	<b>82</b>
5.1. Objetivo Geral.....	82
5.2. Objetivos Específicos.....	82
<b>6. Método.....</b>	<b>83</b>
6.1. Participantes.....	83
6.2. Instrumentos.....	84
6.3. Procedimentos.....	90
6.4. Análise dos Dados.....	91
<b>7. Resultados e Discussão.....</b>	<b>92</b>
7.1. Estatística descritiva geral.....	92
7.2. Desempenho dos participantes na Escala de Atitudes para o Perdão (EFI).....	103

7.2.1. Análise da parte objetiva da EFI.....	103
7.2.2. Análise dos dados referentes ao questionário sobre a mágoa.....	114
7.3. Desempenho dos participantes no Questionário de Esquemas Young (YSQ)....	121
7.4. Correlações entre as variáveis da EFI e do YSQ.....	129
7.4.1. Discussão das correlações envolvendo o questionário de esquemas e a medida de perdão.....	131
A. Domínio de Desconexão e Rejeição.....	136
B. Domínio de Autonomia e Desempenho Prejudicados.....	139
C. Domínio de Orientação para o Outro.....	143
D. Domínio de Limites Prejudicados.....	145
<b>8. Considerações sobre o baixo grau de “perdão afetivo”.....</b>	<b>149</b>
<b>9. Considerações sobre o processo de perdão e a terapia do esquema.....</b>	<b>152</b>
<b>10. Considerações Finais.....</b>	<b>155</b>
 <b>REFERÊNCIAS.....</b>	 <b>159</b>
 <b>ANEXOS</b>	
<b>Anexo A.</b> Documento de Aprovação do Comitê de Ética / UFU.....	167
<b>Anexo B.</b> Escala de Atitudes para o Perdão (EFI).....	168
<b>Anexo C.</b> Escala de Desejabilidade Social Crowne-Marlowe.....	170
<b>Anexo D.</b> Questionário de Esquemas Young (Versão Breve).....	171
<b>Anexo E.</b> Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.....	174

## 1. INTRODUÇÃO

*Na manhã de 29 de agosto de 1997, o menino Ives Ota, então com oito anos de idade, foi sequestrado por três homens quando brincava na sala de sua casa (...). Na tarde do mesmo dia, estava morto. Foi assassinado com dois tiros no rosto porque reconheceu um de seus sequestradores (...) como um dos policiais militares que trabalhavam como seguranças nas lojas de seu pai (...) o comerciante Massataka Ota. Atualmente, Ota, nascido na província japonesa de Okinawa, dirige uma fundação que se dedica a ajudar, além de crianças carentes, criminosos condenados. Pelo menos duas vezes por mês, ele visita o presídio (...) levando sementes e implementos agrícolas. Dois dos assassinos de Ives, (...) estão presos lá. Ota já pensou em matá-los, mas hoje diz tê-los perdoado. (Ota, 2000, para. 1)*

Em psicologia, o interesse pelo tema perdão enquanto tópico de pesquisa surgiu há quase três décadas, quando cientistas sociais começaram a estudá-lo. Desde então, houve um progresso considerável na definição técnica do comportamento de perdoar e de suas formas de mensuração, sendo possível encontrar atualmente variados tipos de escalas que avaliam esse construto. Essas escalas exploram os aspectos desenvolvimental, social, de personalidade, e de qualidade de vida em suas relações com o comportamento de perdoar (Wade, 1989; WHOQOL group, 1995). Além disso, estudiosos têm progredido na avaliação de seu valor para o bem-estar individual e social, e também no desenvolvimento de intervenções para promoção do perdão (McCullough & Witvliet, 2002).

Ao estudar este construto é possível considerá-lo em vários níveis: o das relações entre grupos e culturas, a partir das relações interpessoais que se dão entre familiares e amigos, e também o que considera os processos psíquicos que sustentam a ação pessoal de adotar ou

evitar o perdão (Enright & Rique, 2001). Pensando-se em definições conceituais, a pesquisa na literatura disponível mostra que a maior parte dos autores pesquisados descreve o conceito com base na proposta por Enright, Freedman e Rique (1998, p. 46-47) na qual o perdão é:

Uma atitude moral na qual uma pessoa considera abdicar do direito ao ressentimento, julgamentos negativos, e comportamentos negativos para com a outra pessoa que a ofendeu injustamente, e, ao mesmo tempo, nutrir a compaixão, a misericórdia, e possivelmente o amor para com o outro que a ofendeu.

Luskin (2007) propõe que o perdão seja a interrupção dos sentimentos de raiva e de comportamentos hostis em relação ao transgressor sem que isso signifique necessariamente reconciliação com o mesmo, ou esquecimento da afronta sofrida. Tais definições são corroboradas por McCullough e Witvliet (2002), para quem o construto pode se apresentar como uma resposta caracterizada por alterações nos pensamentos e/ou comportamentos da vítima em relação ao transgressor. De acordo com estes autores, o perdão pode, ainda, ser caracterizado por: uma disposição de personalidade, em que é visto como uma propensão das pessoas – distribuída ao longo de um *continuum* – para perdoar uma variedade de circunstâncias interpessoais; e ainda como uma qualidade inerente às unidades sociais (como casamentos, famílias ou comunidades), onde pode ser entendido como um conceito similar aos de intimidade, confiança e comprometimento.

Estudos mostram que muito do que as pessoas experimentam como injustiça e mágoa é parte da rotina dos relacionamentos em família, na escola e no trabalho, ocasionado, muitas vezes, por aqueles que são mais próximos (Rique, n.d; Rique, Camino, Enright & Queiroz, 2007). Deste modo, é provável que muitos já tenham sido alvos de ofensas em graus variados. É importante ressaltar que há ofensas que parecem graves demais se comparadas às que perpassam o cotidiano da maioria das pessoas, mas isso não impede necessariamente o ato de perdoar, como no caso mencionado na epígrafe.



Então, por que razão alguém perdoaria aquele que lhe causou sofrimento?

É de fato genuíno o ato de perdoar em situações que envolvem consequências negativas mais extremas, assim como em outras menos graves? Partindo-se do pressuposto de que há pessoas que efetivamente perdoam, o que estas apresentam em comum ou de diferente? Elas apresentam uma motivação pessoal e intrínseca, ou uma atitude influenciada por agentes externos? Que aspectos levam uma pessoa a dispor-se a perdoar enquanto outras não o fazem? Que crenças embasam a decisão de perdoar o transgressor? As pessoas perdoam porque pensam que se não o fizerem serão pessoas más?

Dentre estas questões, a que se destaca para este trabalho é aquela referente a crenças que embasam o ato de perdoar. Um estudo sistematizado a respeito de crenças sobre perdão é inexistente na literatura, embora alguns autores, como Jeffrey E. Young apontem o comportamento de perdoar como um aspecto fundamental no tratamento de esquemas iniciais desadaptativos (Young & Klosko, 1994). Uma possível razão para a escassez de estudos sobre perdão no campo da Psicologia é que parece ser comum associar quase que automaticamente o tema ao campo religioso, esquecendo-se de considerar crenças que não pertencem a esse domínio. A máxima atribuída a Alexander Pope, “Errar é humano; perdoar, divino”, exprime de maneira simples essa ideia. “As três grandes tradições monoteístas presentes no mundo partilham a ideia de que as pessoas, por serem perdoadas por Deus, deveriam como resultado, perdoar seus transgressores” (McCullough & Witvliet, 2002, p. 447).

A partir disso, outros questionamentos surgem.

Partindo-se do pressuposto de que todas as pessoas que praticam tais tradições partilham também a crença do perdão como algo divino, o que dizer sobre as demais pessoas? Que outras crenças elas têm a respeito de perdoar ou não perdoar quem lhes causou algum dano? Perdoam porque, como propõe Luskin (2007), perdoar pode significar a liberação de sentimentos que acreditam influenciar negativamente suas vidas? Além disso, perdoar pode

ser visto como uma atitude de flexibilidade, que garantiria maior capacidade para lidar com os estressores cotidianos? Ou ainda, perdão pode ser visto como algo que mantém ou promove saúde, já que parece ser comum encontrar pessoas que associam o “guardar mágoa” ou “ressentir-se” com o surgimento de doenças cardíacas e câncer, por exemplo?

Consoante a estas últimas questões é relevante mencionar que, de acordo com Enright e Rique (2001), o perdão tem implicações positivas para o desenvolvimento emocional, havendo inclusive pesquisas que apoiam, de um lado, a existência de forte correlação negativa entre o perdão e a ansiedade, a expressão da raiva, e a depressão; e de outro lado, forte correlação positiva entre o perdão e os níveis de bem-estar. Além disso, há pesquisas que sugerem que o perdão implique numa configuração de emoções positivas (empatia, simpatia, compaixão, ou amor) contra emoções negativas relacionadas à ofensa sofrida, funcionando, pois, como uma estratégia de enfrentamento focada na emoção para reduzir reações de estresse a uma transgressão e promover resiliência (Worthington & Scherer, 2004).

Tais apontamentos sobre efeitos positivos do perdão, juntamente com a importância atribuída aos relacionamentos que as pessoas estabelecem e mantêm com pares significativos ao longo da vida, e a escassez de estudos, apontam para a relevância de estudos que abordem o tema.

Obviamente não é a pretensão deste trabalho, responder a todas as questões anteriormente apresentadas. O intuito de mencioná-las aqui é apenas o de ilustrar o tipo de inquietações que o pesquisador tinha em mente no momento em que iniciou a revisão de literatura a fim de conhecer um pouco mais sobre o tema perdão, e as possibilidades de se estudá-lo dentro do campo da Psicologia.

Dito isso, partiremos de um referencial teórico pautado na Terapia Focada em Esquemas – uma das muitas possibilidades psicoterápicas oferecidas pela Terapia Cognitivo-Comportamental na atualidade – cuja principal contribuição é a noção de Esquemas Iniciais

Desadaptativos para se compreender a estrutura de personalidade das pessoas. Esta pesquisa tem como principal objetivo investigar as relações entre a intensidade dos esquemas iniciais desadaptativos apresentados pelo indivíduo e sua disposição para perdoar ofensas interpessoais.

A seguir, no capítulo dois, será apresentada a justificativa para a execução desta pesquisa de maneira mais detalhada. No capítulo três será apresentada a revisão de literatura sobre o campo do perdão interpessoal, buscando situá-lo historicamente na ciência psicológica; apresentar aspectos conceituais sobre o perdão e seus correlatos evolutivos; e por fim, mostrar alguns aspectos motivacionais que sublinham o comportamento de vítimas e ofensores quando estão lidando com situações de mágoa e de perdão.

No capítulo quatro serão descritos os aspectos concernentes à terapia focada em esquemas que interessam a essa pesquisa, em especial a noção de esquemas iniciais desadaptativos. Em seguida, nos capítulos cinco e seis serão apresentados os objetivos gerais e específicos, bem como delineado o método que se empregou para o alcance dos objetivos desta pesquisa.

O capítulo sete reúne os principais resultados e discussão gerados por esta investigação. Nos capítulos oito e nove são realizadas breves discussões relativas à questão do perdão afetivo, bem como sobre algumas relações entre o processo de perdão e a terapia do esquema. E finalmente, no capítulo dez, são tecidas as considerações finais.

## 2. JUSTIFICATIVA

À primeira vista, quando se pensa nas implicações que um estudo mais sistemático a respeito do tema perdão possa ter para o campo da Psicologia, corremos o risco de cair num reducionismo, e acreditar que perdão não passa apenas de um bom “sentimento” como pensavam alguns há um tempo.

O fato de que muito do que as pessoas sofrem como injustiça ou mágoa faz parte da rotina dos relacionamentos em família, na escola e no trabalho, e é ocasionado, muitas vezes, por aqueles que são mais próximos já é um bom começo para se pensar nos benefícios de se conhecer mais sobre o perdão (Rique, n.d). Conforme será exposto adiante, o perdão é uma alternativa àquelas respostas que envolvem retaliação, vingança ou revanche. Essas ações acarretam, muitas vezes, (mais) consequências negativas irreparáveis, especialmente se pensarmos que a espécie humana é marcadamente gregária e interdependente. E que, portanto, tem no relacionamento estabelecido entre os seus – e mantido, apesar de adversidades – uma fonte importante de suporte. Vide, por exemplo, a importância atribuída à instituição familiar.

Pensando então na relevância de estudos sobre o perdão, podemos mencionar algumas colocações de Worthington (2004), sobre os benefícios que a resposta ou comportamento de perdoar pode produzir. Segundo este estudioso, o perdão pode afetar a **saúde física** das pessoas, senão de forma direta, de forma indireta, uma vez que o “não perdão” (*Unforgiveness*) – entendido como a manutenção de ressentimento em relação ao transgressor – gera um estresse consideravelmente elevado e frequente, que pode levar a pessoa ressentida a experimentar desordens nos sistemas imunológico e cardiovascular, por exemplo.

Em relação a isso, é importante mencionar que, embora estudos sobre a relação direta entre a saúde e o perdão ainda estejam em andamento, já se conhece melhor sobre o impacto

da ansiedade e da raiva sobre a saúde, aspectos esses, esperados em casos em que há presença de ressentimento e mágoa (Thorensen, Harris & Luskin, 2001).

Ainda segundo Worthington (2005), se estendermos os achados das literaturas relacionadas ao estresse e à personalidade tipo A, podemos presumir que ressentir-se tem um impacto negativo sobre a saúde física. Toussaint et al. (2001, citado por Worthington, 2005) publicaram resultados de uma pesquisa realizada nos EUA sugerindo que o perdão em pessoas mais velhas estava associado com menos sintomas relacionados a doenças. A hipótese é que a saúde física pode ser negativamente afetada se as pessoas estão cronicamente ressentidas, e positivamente afetadas se praticam o perdão.

O perdão e o ressentimento podem também afetar a **saúde mental e o bem-estar**. Parece óbvio que pessoas que guardam ressentimento experimentam mais raiva e depressão. Muitos resultados de pesquisas sobre perdão e saúde mental têm sido observados em estudos de intervenções, os quais não necessariamente revelam se o ressentimento ou o perdão podem estar relacionados *diretamente* à saúde mental, especialmente pensando-se em situações que ocorrem em ambientes naturais, uma vez que outros fatores além do ressentimento e do perdão podem estar presentes e exercerem algum impacto (Worthington, 2005).

Além disso, dada sua característica interpessoal, o perdão parece logicamente conectado a **saúde relacional**, embora essa ideia ainda não esteja totalmente clara. Baumeister, Exline e Sommer (1998) descrevem o “falso” perdão (*Hollow Forgiveness*), um perdão dado verbalmente, mas não experimentado psicologicamente, e o perdão “silencioso” (*Silent Forgiveness*), o perdão experimentado internamente, mas nunca comunicado. Nesse sentido, pode haver uma desconexão entre a experiência subjetiva e a expressão do perdão. Ainda assim, mesmo se a experiência subjetiva e a expressão do perdão são coincidentes para a pessoa ofendida, isso não garante a harmonia do relacionamento. Além do mais, membros de uma díade podem perceber eventos diferentemente, fazer atribuições de causalidade,

desejar diferentes ações, e geralmente perseguir diferentes objetivos. Os parceiros interagem, e sua comunicação, assim como seu relacionamento pré-transgressão, são particularidades que podem afetar a ocorrência do perdão ou da reconciliação. Desse modo, perdão e ressentimento podem ser relacionados a uma melhor ou pior saúde do relacionamento, embora haja outras variáveis do relacionamento que devam ser consideradas (Worthington, 2005).

Worthington (2005) ainda propõe que o perdão possa estar associado com uma melhor **saúde espiritual**. Segundo ele, oferecer, experimentar, e expressar perdão pode produzir mais paz, pontos de vista harmoniosos mesmo para aqueles que não são religiosos<sup>1</sup>, podendo haver a partir daí, um incremento na espiritualidade dos indivíduos.

Consoante a estas últimas colocações é relevante mencionar que, de acordo com Enright e Rique (2001) e Lawler-Row e Piferi (2006), o perdão tem implicações positivas para o desenvolvimento emocional, havendo inclusive pesquisas que apoiam, de um lado, a existência de forte correlação negativa entre o perdão e a ansiedade, a expressão da raiva, e a depressão, e de outro lado, forte correlação positiva entre o perdão e os níveis de bem-estar.

Além disso, evidências experimentais parecem mostrar que o perdão é uma configuração de emoções positivas (empatia, simpatia, compaixão, ou amor) contra emoções negativas relacionadas à ofensa sofrida, funcionando como uma estratégia de enfrentamento focada na emoção para reduzir reações de estresse a uma transgressão e promover resiliência (Worthington & Scherer, 2004).

Finalmente, é importante mencionar novamente Worthington (2005), que chama a atenção para algumas questões que surgem quando pensamos nas potenciais ligações entre perdão e saúde, e que ainda permanecem sem esclarecimentos mais consistentes. Dentre elas:

---

<sup>1</sup> Dado que a Organização Mundial de Saúde (OMS) considera o ser humano como constituído por aspectos biológicos, psicológicos, sociais, e espirituais, mesmo aqueles que não se autodenominam religiosos podem se beneficiar com sentimentos dessa natureza.

Qual é o impacto *direto* (se há algum) do ressentimento e do perdão na saúde física? Quanto ressentimento é necessário para criar um impacto mensurável? Quanto dos níveis de saúde mental e bem-estar devem-se realmente ao perdão? Podem os mesmos benefícios ocorrer caso as pessoas consigam vingar-se, ou observem o cumprimento da justiça? Os benefícios são transitórios ou duradouros? Quais mecanismos ligam o perdão aos resultados em saúde mental e à melhora na percepção de bem-estar? Há efeitos negativos relacionados a perdoar?

Em relação a tais questões, embora sejam comuns e relevantes em estudos que se prestam a verificar a relação ou o impacto de uma variável em outras variáveis, ou como no caso aqui apresentado, entre a atitude de perdoar sobre a saúde, é importante esclarecer que elas não são o alvo deste projeto de pesquisa, mas podem servir de guias para pesquisas vindouras.

As considerações feitas até aqui sobre os efeitos salutares do perdão na saúde física e mental, no bem-estar, nos relacionamentos e mesmo na espiritualidade, apontam para a relevância de estudos que abordem o tema. É relevante mencionar nesse momento algumas proposições da Psicologia Positiva, uma perspectiva no campo da Psicologia atual iniciado por Seligman e Csikszentmihalyi (2000) e que procura resgatar aspectos virtuosos e forças pessoais do homem, como esperança, criatividade, coragem, sabedoria, espiritualidade, felicidade, que até então, eram considerados secundários.

Para Seligman (2004), a Psicologia vai além da preocupação com a doença e a cura. Trabalho, educação, afeto, superação e crescimento, presentes em possibilidades cotidianas comuns e que por isso podem passar despercebidos por investigações científicas, também deveriam ser considerados, uma vez que o estudo do que é comum e positivo, segundo o autor, pode propiciar o entendimento de aspectos que adoeceram ou não estão bem.

Nesta perspectiva positiva a investigação assenta-se também sobre estudos a respeito de características individuais relacionadas a forças e virtudes – como sabedoria,

espiritualidade, afeto, e perdão – que poderiam promover condições para o desenvolvimento pleno, saudável e positivo dos aspectos biológicos e sociais dos seres humanos (Paludo & Koller, 2007). Quanto ao que se refere à prevenção, Seligman (2003, citado por Paludo & Koller, 2007) aponta que:

Conhecer os danos e as fraquezas pessoais não se mostra suficiente para promover a prevenção. É necessário fortalecer as pesquisas e o trabalho clínico sobre as habilidades e as capacidades dos seres humanos. (...) Para alcançar sucesso em prevenção é necessário e emergente o investimento no conhecimento científico sobre as virtudes e forças pessoais... (p.13)

O propósito de se mencionar aspectos da Psicologia Positiva é evidenciar a importância contida na busca por enriquecer e ampliar o conhecimento científico na esfera psicológica a respeito de virtudes tidas como protetoras ou promotoras de saúde, como é o caso do perdão. Acredita-se que este conhecimento possa auxiliar no desenvolvimento de intervenções baseadas ou relacionadas ao tema, assim como colaborar com o aprimoramento de intervenções já existentes, tanto no campo curativo quanto no preventivo.

Tendo sido explicitado alguns dos possíveis impactos que o perdão pode ter no âmbito da saúde, interessa agora explicar as razões de se escolher estudar o tema do ponto de vista de aspectos de personalidade, e mais especificamente, usando a perspectiva dos Esquemas Iniciais Desadaptativos (EIDs).

De acordo com Mullet, Neto e Rivière (2005), estudos prévios mostram que a decisão de perdoar depende de numerosos fatores como: **fatores situacionais** (se houve intenção de ferir; se a ofensa é recorrente; a severidade das consequências da ofensa; se houve o cancelamento ou não destas consequências; presença de desculpas e/ou compensação por parte do ofensor, e.g., Mullet & Girard, 2000); **fatores relacionais** (identidade do ofensor e sua proximidade com a vítima; seu *status* hierárquico; sua atitude após a ofensa; as pressões



do ambiente; e.g., Aquino, Tripp & Bies, 2001), e finalmente **fatores de personalidade** (que incluem traços como Abertura para a experiência, Conscienciosidade, Extroversão, Afabilidade, Neuroticismo, e.g., McCullough & Worthington, 1999; Mullet, Neto, & Rivière, 2005). E em relação a esses últimos fatores, examinar o impacto dos traços de personalidade no perdão (e na vingança) é importante por razões tanto teóricas quanto práticas.

No **nível teórico**, é essencial, por exemplo, entender como a personalidade influencia atitudes e decisões em momentos cruciais ao longo da vida, quando em face de oposições, argumentações, conflitos de interesse, e na reação às adversidades e ofensas. Geralmente, são em momentos particulares como estes que importantes decisões são tomadas – muitas vezes com consequências irreversíveis e que podem impactar a vida inteira de uma pessoa. Portanto, é essencial investigar o papel dos fatores de personalidade no intuito de identificar aqueles que são mais importantes nessas situações críticas (Mullet et al., 2005).

No **nível prático**, para psicólogos e outros profissionais, em face ao trabalho com terapias que visam à cura e o perdão, é essencial saber como e em que extensão é preciso levar em consideração a personalidade dos seus pacientes (Enright & Fitzgibbons, 2000, citados por Mullet et al., 2005), uma vez que, conhecer a personalidade do ofendido pode informar ao profissional algo acerca da natureza do ressentimento (intensidade e duração), da disposição para perdoar ou da tendência para buscar vingança e os fatores que influenciam esses aspectos. O método usado pelo profissional precisa ser adaptado à personalidade do paciente, o que faz sentido especialmente para a Terapia Cognitivo-Comportamental, em função da importância da conceitualização de caso nesta modalidade de psicoterapia.

É importante destacar que a maior parte dos estudos sobre perdão envolvendo fatores de personalidade é baseada no modelo dos cinco fatores (Big Five ou OCEAN – Abertura, Conscienciosidade, Extroversão, Afabilidade, Neuroticismo), os quais têm demonstrado haver correlações positivas especialmente entre o perdão e o fator de Afabilidade; e correlações

negativas com o fator de Neuroticismo ou tendência à instabilidade emocional. (Mullet et al., 2005). Sendo que isso é observado tanto em estudos que avaliam o perdão como disposição de personalidade, como em outros que abordam o perdão como uma resposta situacional a uma ofensa específica (p.e.; Neto & Mullet, 2004; Sastre, Vinsonneau, Chabrol & Mullet, 2004; Mullet et al., 2005; Thompson et al., 2005; Worthington, 2005; Allemand, Job, Christen, & Keller, 2008).

Além disso, a aproximação entre estudos sobre o perdão e a abordagem cognitivo-comportamental é algo relativamente novo, e tem implicações para a prática clínica como também para o planejamento de outras intervenções terapêuticas. No trabalho psicoterápico embasado na Terapia do Esquema, um dos passos propostos pelo principal autor da abordagem, Jeffrey E. Young, com vistas à “cura” dos esquemas desadaptativos, é o perdão, direcionado especialmente em relação aos adultos cuidadores do paciente quando este ainda era criança (Young & Klosko, 1994).

Entretanto, nenhum trabalho foi realizado até o momento, no sentido de verificar se há diferenças individuais, relacionadas a esquemas cognitivos, que devam ser considerados quando o trabalho terapêutico envolve a intenção de promover perdão junto a determinado paciente.

E finalmente, conforme aponta Mullet et al. (2005), seria interessante investigar também em que extensão as conceituações sobre perdão estão relacionadas à personalidade. Em outras palavras, o que esses autores sugerem investigar é se o impacto da personalidade no perdão é direto, ou é mais ou menos “filtrado” (mediado) por cada conceituação pessoal de perdão. Uma das hipóteses destes autores é que o efeito da personalidade na disposição para perdoar é largamente influenciado pelas conceitualizações que temos sobre o tema.

### 3. O PERDÃO INTERPESSOAL

#### 3.1. O Perdão na Psicologia: Aspectos Históricos

A ideia de que as pessoas por serem perdoadas por Deus deveriam perdoar seus próprios transgressores é comum à maioria das religiões, que vêm articulando o conceito de perdão por milênios. Entretanto, apesar da importância do perdão dentro destas tradições religiosas, teóricos e cientistas sociais parecem ter ignorado o tema, já que não há sequer uma nota em três séculos de pensamento pós-iluminista. (McCullough & Witvliet, 2002).

Do mesmo modo como a Psicologia é uma ciência relativamente nova, o interesse pelo estudo do perdão nesse campo do saber também é recente, já que até pouco tempo, a Psicologia científica não havia dedicado quase nenhuma atenção *sistemática* ao tema (McCullough, Pargament & Thorensen, 2001). Conforme colocam estes autores, é de impressionar que teóricos importantes e notáveis como Sigmund Freud, William James (apesar das aproximações feitas por ele entre psicologia e religião), Stanley Hall, Edward L. Thorndike, Gordon Allport, Carl Gustav Jung, Alfred Adler, Viktor Frankl, dentre outros não tenham escrito nada a respeito do tema. É possível que estes acadêmicos tivessem outros projetos. Por outro lado, há outras prováveis razões para a relativa “negligência” em relação ao perdão dentro da ciência psicológica.

Segundo Enright e North (1998), uma das razões pode relacionar-se ao fato de que o tema parece ter sido deixado à parte não somente pelas ciências sociais, mas pela academia como um todo. Para McCullough et al. (2001), um fator desencorajador foi a ligação existente entre perdão e crenças religiosas, e o desinteresse das ciências sociais por esse tipo de

relação<sup>2</sup>. Soma-se a isso a dificuldade que havia em reunir dados sobre perdão que fossem válidos e confiáveis, especialmente durante o período em que a Psicologia científica apontava apenas o comportamento observável como algo passível de análise. Além disso, estes autores pontuam que, por ter sido o século XX, um dos mais sangrentos (Primeira e Segunda Guerras Mundiais, por exemplo) e provavelmente mais imperdoáveis (*Unforgiveness*<sup>3</sup>) da história humana, talvez as pessoas tenham concluído que perdão não fosse pouco mais do que um bom “sentimento”.

Entretanto, embora tenha levado tempo para que o tema gerasse interesse, McCullough et al. (2001) argumentam que há uma história do perdão nas ciências sociais e na Psicologia, que pode ser dividida em duas fases. A primeira delas compreendeu o período entre 1932 e 1980, no qual se observam muitos artigos teóricos e trabalhos empíricos modestos, elaborados para entender minimamente alguns aspectos do perdão, enquanto a segunda compreende o período de 1980 até os dias atuais e reflete considerações mais intensivas e sistematizadas em relação ao tema.

### **Primeira Fase: 1932 – 1980**

Na década de 1930, psicólogos e profissionais de saúde mental nos EUA e Europa discutiram de tempos em tempos o perdão, enquanto um fenômeno. Dessa época é possível encontrar, por exemplo, proposições de teóricos como Piaget (1932) e Behn (1932), que citados por McCullough et al. (2001, p. 4), já propunham a ideia de que “a capacidade para perdoar cresce ao longo do desenvolvimento do julgamento moral”. Litwinsk (1945), citado

---

<sup>2</sup> Embora atualmente haja um grande interesse de cientistas sociais sobre o papel dos fenômenos religiosos na constituição do ser social e das sociedades, como é o caso da Sociologia da Religião.

<sup>3</sup> A palavra “*Unforgiveness*” refere-se a “não oferecer perdão”, ainda que os fatos pudessem ser perdoados.

pelo mesmo autor, “também tentou descrever uma estrutura afetiva para a capacidade de perdão interpessoal”.

De acordo com McCullough et al. (2001):

Conselheiros e pessoas com conhecimento em saúde mental e com interesses religiosos, tentaram articular o perdão como algo que pudesse ajudar as pessoas a adquirirem saúde mental (por exemplo, Beaven, 1951; Bonell, 1950; Johnson, 1947; Rusk, 1950). Andras Angyal (1952) foi um dos que defenderam a ideia de que auxiliar os clientes em psicoterapia a experimentar o perdão vindo de Deus, seria um antídoto para a culpa patológica, que ele acreditava acompanhar diversas psicopatologias. (p.4)

Outros estudiosos, no campo pastoral, também se voltaram para os possíveis benefícios do perdão, como é o caso de Emerson (1964), que em seu livro teórico “*The Dynamics of Forgiveness*”, relatou os resultados de um estudo usando um método *Q-Sort*<sup>4</sup>, delineado para examinar a associação entre perdão e bem-estar psicológico. Apesar da falta de sofisticação e falha em usar estatísticas inferenciais modernas, este estudo foi provavelmente a primeira investigação científica da associação entre perdão, saúde mental e bem-estar (McCullough et al., 2001).

O tema perdão também foi um tópico que recebeu alguma atenção teórica e empírica – indiretamente – por meio do trabalho de Tedeschi e outros estudiosos (e.g., Gahagan & Tedeschi, 1968; Horai, Lindskold, Gahagan, & Tedeschi, 1969) que conceitualizam perdão como uma resposta cooperativa seguida a uma resposta competitiva no Jogo do Dilema do

---

<sup>4</sup> De acordo com Bigras e Dessen (2002), este método é constituído por um grupo de afirmações sobre um tópico a partir das quais os participantes são instruídos a classificarem os itens em categorias subjetivas que variam, por exemplo, de “gosto mais” (+5) para “gosto menos” (-5). A classificação resultante é, então, denominada Q-Sort e as correlações estabelecidas são entre pessoas (sujeitos) e não entre testes ou medidas. Isto é, aquelas pessoas que classificam itens de modo similar são correlacionadas com as outras. Com base nas correlações individuais, são extraídos agrupamentos de correlações denominados fatores que, por sua vez, mostram os pontos de vista compartilhados pelas pessoas. Portanto, usando este método, é possível identificar pessoas que são similares e diferentes a outras em um determinado fator.

Prisioneiro. De acordo com Axelrod (1980a, 1980b), no contexto desse jogo, quando um parceiro coopera em resposta ao oponente, depois que este voltou a cooperar após um movimento competitivo, tem-se uma resposta que tem sido chamada de “resposta de perdão” – ou estratégia *tit-for-tat*, como se verá adiante –, e que tem mostrado levar a resultados benéficos em contextos semelhantes ao do jogo mencionado.

De acordo com McCullough (2009), em seu livro “*Beyond Revenge: the evolution of the forgiveness instinct*”:

O Jogo do Dilema do Prisioneiro consiste num jogo que envolve uma simulação em que dois suspeitos foram presos por suspeita de terem cometido um crime grave. Nesse cenário, a polícia não dispõe de evidências suficientes para justificar uma condenação, e por isso interroga os dois criminosos separadamente na esperança de obter testemunhos para que possam acusar um deles pelo crime principal. Se nenhum dos suspeitos trai o cúmplice, ambos são condenados por um crime menor, cumprindo sentenças de um ano. Se um dos suspeitos acusa o outro, ele não tem que responder por nada e o outro suspeito responde sozinho pelo crime principal, cumprindo uma sentença de três anos. Se, entretanto, ambos os suspeitos implicam um ao outro, ambos pegam sentenças de dois anos. Qual é o curso de ação mais inteligente numa situação como essa? Este é o dilema do prisioneiro. (p. 93)

Então, os participantes têm duas possíveis respostas: responder competitivamente ou cooperativamente, sendo a resposta cooperativa aquela que acarreta o menor benefício imediato (condenação de um ano), ao passo que a resposta competitiva *unilateral* gera o maior ganho, representado pela absolvição. De posse dessa informação poder-se-ia esperar que esta fosse a resposta com a ocorrência mais frequente.

Entretanto, como aponta McCullough (2009), o que se verificou ao utilizar esse jogo foi que as respostas de cooperação são mais comuns do que os primeiros teóricos

imaginavam. Segundo ele, na vida real, não podemos isolar nossas escolhas das suas consequências sobre o comportamento futuro das pessoas ao nosso redor. Diferentemente de um jogo, na vida real as situações de cooperação e competição repetem-se ao longo do tempo, sem possibilidade de controlar essa ocorrência, como é possível fazer no ambiente de jogo.

Axelrod (1980a), um cientista político que trabalhou com a matemática envolvida no Dilema do Prisioneiro, notou que quando o mesmo jogo é proposto, mas com a possibilidade de repetições das “jogadas”, as estratégias competitivas não funcionavam tão bem quanto se esperava. Na década de 70, Axelrod, interessado em compreender esse achado, convidou colegas estudiosos da teoria dos jogos para que propusessem estratégias para jogar o dilema do prisioneiro que garantissem o maior número de pontos ao longo de rodadas sucessivas.

A partir daí, foram realizadas várias simulações por computador, utilizando-se estratégias diferentes para resolução do dilema do prisioneiro. Dentre elas, a estratégia que obteve o melhor desempenho de acordo com McCullough (2009) foi a mais simples delas, conhecida como *Tit-for-tat*, que consiste em iniciar o jogo cooperando, e continuar cooperando contanto que o parceiro de jogo tenha respondido cooperativamente na rodada anterior. Se o parceiro responde competindo numa dada rodada, então a estratégia *Tit-for-tat* também responderá com uma ação de competição na rodada seguinte. Se posteriormente o parceiro volta atrás e coopera, então a estratégia *Tit-for-tat* responderá novamente cooperando<sup>5</sup>, assim continuamente.

Por fim, além dessas simulações, outras foram realizadas por Axelrod. Uma delas teve o intuito de verificar a ecologia da estratégia – em relação a outras sessenta e duas estratégias – numa simulação computadorizada baseada na ideia de “sobrevivência do mais adaptado” advinda da teoria da evolução. Com base nessa simulação, McCullough (2009) conclui que:

---

<sup>5</sup> Tal estratégia lembra a Lei de Talião (“Olho por olho, dente por dente”), com o diferencial de que nesse ambiente de jogo, é possível garantir que as medidas ou a intensidade das respostas tanto positivas quanto negativas sejam sempre equivalentes.

A estratégia *Tit-for-tat* tornou-se a mais prolífica na ecologia simulada por Axelrod. Ao final de milhares de gerações, quase 15% dos organismos usavam a estratégia (lembrando que esta constitui apenas uma das 63 estratégias inseridas) e sua participação ainda estava crescendo. *Tit-for-tat* pareceu ser uma estratégia evolucionária estável (...) que não poderia ser ultrapassada por nenhuma outra. No mundo semiconduzido por Axelrod, *tit-for-tat* pareceu estar no seu próprio caminho para a imortalidade genética. (p.98)

### **Segunda Fase: 1980 aos dias atuais**

A segunda fase de estudos sobre perdão compreende o período de 1980 até os dias atuais e reflete considerações mais sistemáticas e sérias do conceito. Segundo Worthington (2000), na década de 1970, o perdão não havia despertado interesse suficiente da comunidade científica. Nessa época, ainda era visto apenas como algo pertencente ao domínio religioso, considerado assim, fora dos limites da ciência. Conforme mencionando anteriormente, poucos cientistas conduziram estudos isolados relacionados ao tema.

Naquela época, quando as pessoas pensavam sobre o perdão, logo o associava à religião, uma vez que a cultura comum importou o termo perdão do uso religioso. À medida que a sociedade tornou-se mais pós-moderna e multicultural o assunto livrou-se do confinamento das comunidades e da conotação religiosas, penetrando largamente na cultura popular (Worthington, 2000).

Os estudos científicos sobre o perdão intensificaram-se somente em meados de 1980 e vêm crescendo desde então. Iniciou-se na comunidade terapêutica depois da publicação do livro *“Forgive and Forget: healing the hurts we don’t deserve”* de Lewis Smedes, em 1984. Notadamente, Smedes não era clínico nem cientista. Era na verdade teólogo, e iniciou um



movimento dentro da terapia e ciência que girava em torno da ideia de que o perdão poderia beneficiar a saúde mental das pessoas e seu bem-estar. Como a mensagem pareceu razoável aos terapeutas, estes começaram a escrever sobre como promover perdão no trato de problemas como raiva, desesperança, depressão e vivências traumáticas. Além disso, os campos de terapia de casais e familiar serviram de laboratórios naturais para se observar a ameaça do não perdão (*Unforgiveness*) e os benefícios curativos do perdão (Worthington, 2005).

Em pouco tempo, clínicos começaram a estruturar e investigar programas para a promoção do perdão. Psicólogos do desenvolvimento, como o pioneiro Robert D. Enright, interessaram-se por estudar como as ideias das crianças a respeito de perdão desenvolvem-se (Worthington, 2005). Do mesmo modo, Enright e *The Human Development Study Group* (1994), Girard e Mullet (1997) e Spidell e Liberman (1981) examinaram teórica e empiricamente como a capacidade de perdoar (e a inclinação a pedir perdão – *seek forgiveness*) desenrola-se ao longo do ciclo de vida.

Enright, Santos, e Al-Mabuk (1989) relacionaram o desenvolvimento do raciocínio (*reasoning*) relacionado ao perdão explicitamente à teoria de Kohlberg sobre o desenvolvimento moral. Esses autores coletaram dados para demonstrar que a capacidade de argumentar de um modo complexo sobre perdão estava associada com argumentações mais elaboradas sobre justiça, e também encontraram evidências de que noções sobre perdão tornam-se mais estruturadas com a idade.

O modelo desenvolvimental do perdão proposto por Enright foi estruturado com base no modelo teórico de Kohlberg (1976), de modo que para cada estágio no modelo de Kohlberg há um (e apenas um) correspondente no modelo de Enright (ver Tabela 1).

**Tabela 1.** Estágios de Desenvolvimento Moral de Kohlberg e Estágios Desenvolvimentais do Perdão de Enright.

Estágios de Kohlberg	Estágios do Perdão de Enright
<b>Moralidade Heterônoma:</b> Eu acredito que a justiça deveria ser definida pelas autoridades.	<p style="text-align: center;">I</p> <p><b><i>Revengeful Forgiveness.</i></b> Eu posso perdoar alguém que me magoa somente se eu puder puni-lo num grau similar a minha dor.</p>
<b>Individualismo:</b> Eu tenho um senso de reciprocidade que define a justiça para mim. Se você me ajuda, eu devo ajudar você.	<p style="text-align: center;">II</p> <p><b><i>Conditional or Restitutional Forgiveness.</i></b> Se eu posso pegar de volta o que foi retirado de mim, então eu posso perdoar.</p>
<b>Expectativas Interpessoais Mútuas:</b> Aqui, eu penso que o consenso grupal deva decidir o que é certo e o que é errado.	<p style="text-align: center;">III</p> <p><b><i>Expectational Forgiveness.</i></b> Eu posso perdoar se outros me pressionarem a fazê-lo. Eu perdoo por que outras pessoas esperam isso de mim.</p>
<b>Sistema Social e Consciência:</b> As leis da sociedade são minhas guias para a justiça. Eu cumpro as leis para manter a sociedade ordenada.	<p style="text-align: center;">IV</p> <p><b><i>Lawful Expectational Forgiveness.</i></b> Eu perdoo porque minha filosofia de vida ou minha religião demandam isso.</p>
<b>Contrato Social:</b> Estou consciente de que as pessoas possuem várias opiniões. Alguns geralmente seguem os valores e regras de seu grupo. Outros valores não relacionados deveriam ser acolhidos independentemente da opinião da maioria.	<p style="text-align: center;">V</p> <p><b><i>Forgiveness as Social Harmony.</i></b> Eu perdoo porque isto restaura a harmonia e as boas relações na sociedade. É uma maneira de manter relações pacíficas.</p>
<b>Princípios Éticos Universais:</b> Meu senso de justiça baseia-se na manutenção dos direitos individuais de todas as pessoas. Pessoas são fins em si mesmos e deveriam ser tratadas como tal.	<p style="text-align: center;">VI</p> <p><b><i>Forgiveness as Love.</i></b> Eu perdoo porque isso promove um verdadeiro senso de amor. Porque eu devo verdadeiramente me preocupar com cada pessoa, e um ato de ofensa da parte dessa pessoa não altera meu senso de amor. Este tipo de relacionamento mantém aberta a possibilidade de reconciliação e fecha a porta para a vingança.</p>

*Nota.* Adaptado de Enright, Santos, e Al-Mabuk (1989).

Conforme Enright e *The Human Development Study Group* (1994), Enright, Gassin, e Wu, (1992), e, Mullet e Girard (2001), Enright estruturou seu modelo de desenvolvimento do perdão em seis estágios. De acordo com Enright, nos dois primeiros estágios a pessoa está centrada mais em si mesma e confunde justiça com perdão. O primeiro estágio (*Revengeful Forgiveness*) é caracterizado pela exigência da justiça retributiva, ou seja, responder a uma ofensa com uma punição de grau ou intensidade semelhante, de modo que aqui, o perdão corresponde à vingança ou retaliação. Já o segundo estágio (*Conditional Forgiveness*) caracteriza-se pela justiça restitutiva, ou seja, o perdão ocorre mediante a compensação ou reparação da pessoa ofendida, correspondendo o perdão à restituição. Estes estágios implicam a pessoa ofendida e o ofensor.

No terceiro estágio (*Expectational Forgiveness*), a ação da pessoa ofendida depende da influência de outros significativos. Nesse caso, o perdão pode ser visto como resultado de uma expectativa social. No quarto estágio (*Lawful Expectational Forgiveness*), a pessoa decide perdoar em função de estar sensível à influência de instituições como a religião ou filosofia de vida, correspondendo o perdão a uma expectativa legal ou ligada a estas instituições.

No quinto estágio (*Forgiveness as Social Harmony*) o perdão é compreendido como algo que pode restaurar a harmonia social, como um meio para manter as relações pacíficas. Por fim, no sexto estágio (*Forgiveness as Love*), o mais elevado do modelo, o perdão é concebido como uma atitude incondicional de amor, que pode promover consideração positiva e boa vontade.

A partir desse modelo, Mullet e Girard (2001), explicam que numa pesquisa realizada com 119 participantes, foi verificado que aqueles mais jovens (entre 9 e 10 anos de idade) mostraram-se dispostos a considerar o perdão como alternativa apenas depois de ter havido alguma reparação ou compensação, o que corresponde com o que Enright denomina de

estágio pré-perdão (*Preforgiveness Stage*). Adolescentes (entre 15 e 16 anos) estavam mais dispostos a considerar o perdão como uma consequência de atitudes favoráveis expressas por pessoas próximas, mesmo que o transgressor não tenha tido nenhuma atitude de reparação para com a pessoa ofendida (o que corresponde ao estágio três). Por seu turno, adultos jovens e de meia idade, mostraram-se mais dispostos a considerar o perdão como consequência de atitudes filosóficas ou religiosas, sem qualquer intervenção de familiares ou amigos, mesmo se nenhuma restituição tivesse ocorrido (estágio cinco). Por fim, os autores explicam que poucas pessoas puderam ser classificadas no estágio final, que corresponde ao perdão como atitude incondicional de amor.

Interessa mencionar ainda que, até onde se sabe, a primeira menção sobre perdão na literatura de psicologia do desenvolvimento pode ser encontrada na obra de Piaget: *Le Jugement moral chez l'enfant*, de 1932. Nesse livro, Piaget discutiu essencialmente o conceito de perdão para contrastá-lo com o conceito de justiça, que era o assunto do livro. De acordo com Mullet e Girard (2001), nessa obra:

Piaget diz que perdão pressupõe mais do que um senso de “reciprocidade matemática” (nas palavras de Piaget, *reciprocité de fait*). Perdão pressupõe um senso de reciprocidade ideal (*reciprocité de droit*), o qual pode ser expresso como “Faça aos outros aquilo que gostaria que fizessem a você”. Nas palavras de Piaget, um entendimento completo sobre perdão é atingido “quando os comportamentos considerados como certos são os comportamentos que demonstram reciprocidade infinita” (p. 258). O conceito de reciprocidade infinita – perdoe porque você foi perdoado no passado a fim de ser perdoado no futuro – é um tanto complexo; por esta razão, perdão não pode, de acordo com Piaget, ser entendido antes do final da infância. (p. 111-112)

Em relação a estas últimas colocações é importante deixar claro que as concepções sobre o perdão propostas por Enright e Piaget são diferentes. “De acordo com Enright e cols. (1994), devido a sua característica de doação, o perdão não implica em nenhum tipo de reciprocidade (nem mesmo infinita), como é proposto por Piaget” (Mullet & Girard, 2001, p.114).

Prosseguindo com a explanação sobre a segunda fase dos estudos sobre perdão, além dos Psicólogos do Desenvolvimento, os Psicólogos da Personalidade, por sua vez, começaram a investigar fatores caracterológicos de pessoas que perdoam e não perdoam, abordando o perdão como uma disposição – chamada de Perdoabilidade (*Forgivingness*) – e não somente como uma resposta isolada a um evento específico, que é o Perdão (*Forgiveness*).

Segundo Roberts (1995, citado por Allemand et al., 2008) a perdoabilidade (*Forgivingness*) refere-se a diferenças individuais na tendência a perdoar os outros ao longo do tempo, dos relacionamentos e situações. Esta é considerada como uma disposição que se manifesta na maioria das circunstâncias da vida, contrariamente ao perdão (*Forgiveness*), que só se aplicaria, segundo o autor, a circunstâncias específicas.

Paralelamente, Psicólogos Sociais examinaram como o perdão apresenta-se ou não em situações diárias de interação social (Worthington, 2005). Nesse sentido, nas décadas de 1980 e 1990, alguns trabalhos exploraram possíveis princípios sociopsicológicos subjacentes ao perdão. De acordo com McCullough et al. (2001, p. 7):

Os [trabalhos] mais notáveis dentre estes, foram artigos de Boon e Sulsky (1997), Darby e Schlenker (1982), e Weiner, Grahan, Peter, e Zmuidinas (1991). Estes estudos encontraram que a disposição das pessoas para perdoar um ofensor pode ser explicada por variáveis de natureza sócio-cognitiva, tais como a responsabilidade percebida do ofensor, intencionalidade e a motivação do ofensor (Darby & Schlenker, 1982), e a severidade da ofensa (Boon & Sulsky, 1997). Teorias e pesquisas novas, formuladas

para integrar múltiplas perspectivas teóricas sobre perdão também começaram a aparecer nos jornais de Psicologia da Personalidade e Psicologia Social durante os últimos anos (p. e., McCullough & Worthington, 1999; McCullough, Worthington & Rachal, 1997; McCullough et al., 1998).

Por seu turno, Psicólogos da Saúde começaram a estudar “se e como” o perdão pode afetar a saúde física (Worthington, 2005). Uma diferença entre os tratamentos teóricos e empíricos do perdão que apareceram a partir de 1980 e aqueles de anos anteriores era o pesado foco especulativo sobre as potenciais ligações entre perdão e saúde mental. Muitos dos artigos conceituais que discutiram o tema durante a década de 1980 foram escritos por clínicos e/ou publicados em jornais tipicamente lidos por clínicos (McCullough & Worthington, 1994).

Artigos escritos por pessoas influentes como, por exemplo, Fitzgibbons (1986), Hope (1987), e Jampolsky (1980), e livros comerciais por Smedes (1984), e Linn e Linn (1978) apontavam para os efeitos potencialmente salutares do perdão na saúde mental. Também, pesquisas por DiBlasio (1993; DiBlasio & Proctor, 1993) apontavam que muitos profissionais estavam dispostos a usar o perdão em seus trabalhos clínicos (McCullough et al., 2001, p. 6).

Em meados da década de 1990, pesquisa empírica sobre o uso de estratégias para encorajar perdão em aconselhamento e psicoterapia começaram a aparecer em jornais científicos. Além disso, artigos no principal jornal internacional de Psicologia Clínica (*Journal of Consulting and Clinical Psychology*) demonstraram a relevância potencial do perdão para o trabalho clínico com uma variedade de populações: pessoas vivendo com HIV/AIDS; casais; vítimas de conflitos civis; idosos, adolescentes, dentre outras. (McCullough et al., 2001).

De acordo com McCullough et al. (2001, p. 6), “o número de artigos e livros tratando do tema começou a aumentar substancialmente. No final dos anos 80, nas áreas de psicologia do desenvolvimento, psicologia de aconselhamento e clínica, e na psicologia social, artigos importantes surgiram tratando explicitamente sobre o fenômeno do perdão”.

Consoante a isso, Worthington (2005) aponta que quanto mais atenção vem sendo dada ao estudo do tema perdão – tanto na cultura popular quanto na ciência – mais questões surgem sobre o que é esse comportamento, como se desenvolve, se é sempre benéfico, e como é possível ajudar pessoas a perdoar se eles assim desejarem. E à medida que muitas questões vêm sendo respondidas, muitas outras vêm sendo formuladas. Nas palavras do autor, “a profundidade da nossa falta de compreensão do que o perdão é, e de quais são seus limites, vem tornando-se mais óbvia” (Future Research section, para. 5).

### **3.2. O Perdão Interpessoal: Aspectos Conceituais**

Definições proporcionam uma estrutura para explicar porque e como um fenômeno acontece, e no caso do perdão, guiam intervenções, e embasam o desenvolvimento de protocolos para ajudar pessoas a perdoar, bem como auxiliam os terapeutas no desenvolvimento de métodos curativos e de mudanças de atitudes. Entretanto, uma das grandes questões que caracterizam essa nova ciência do perdão está relacionada justamente à definição precisa desse construto (Worthington, 2005).

De acordo com o Dicionário Aurélio Básico da Língua Portuguesa (2009), a palavra perdão pode ser definida como (1) Remissão de pena; desculpa; indulto. (2) Ét. Renúncia de pessoa ou instituição à adesão às consequências punitivas que seriam justificáveis em face de uma ação que, em níveis diversos, transgredir preceitos jurídicos, religiosos, morais ou afetivos vigentes.

O verbo Perdoar, de acordo com o mesmo dicionário, pode ser definido como: (1) Desculpar, absolver, remitir (pena, culpa, dívida, etc.); (2) Poupar; evitar; (3) Conformar-se com; aceitar; (4) Conceder perdão a; desculpar; (5) Desculpar, absolver, remitir; (6) Conceder perdão, desculpa; remitir as faltas; (7) Conceder perdão ou desculpa, e (8) Poupar-se.

Etimologicamente, o verbo perdoar tem origem no verbo *perdonare* (do latim vulgar). Em uma leitura do *Glossarium Mediae et Infimae Latinitatis* (Du Cange, 1850), é possível notar que inicialmente os significados do verbo *perdonare* (mas não os únicos) seriam os de "dar", "conceder".

A fim de abarcar esta definição e ir além à busca das raízes etimológicas desta palavra, Lopes e Santana (2010) propõem que se considerem os escritos de um dos principais autores da concepção cristã medieval de homem, Tomás de Aquino, sobre o tema. A partir disso, é possível notar que o verbo *perdonare* não é citado na obra deste autor, possivelmente por se tratar de uma forma tardia de se remeter ao conceito, mesmo em latim. A palavra correspondente por ele empregada é *per-cere*. No entanto, é em São Tomás que se observam as bases filosóficas que justificam a etimologia das formas modernas das palavras: "perdoar", "perdão", "perdonar", "pardon", "pardonner" etc. O prefixo *per* agrega os sentidos de por (através de) e de plenitude. Desta forma, o perdão pode ser concebido como um "superlativo" da noção de doação. O mesmo ocorre se considerarmos as formas inglesa (*for-give*) e alemã (*vor-geben*) do verbo.

Em se tratando de definições conceituais propostas pelos estudiosos do tema, é importante mencionar que não existe ainda uma definição consensual sobre o que é perdão (Worthington, 1998, 2004; Enright & North, 1998; McCullough et al., 2001), e alguns interpretam a falta de consenso na definição como um dos problemas mais importantes do campo (Elder, 1998; Enright & Coyle, 1998; Enright et al., 1998; Enright et al., 1992).



Interessantemente, parece haver mais consenso sobre o que *não é* perdão, de modo que alguns autores fazem distinções entre o perdão e outras denominações comumente utilizadas como sinônimas, como por exemplo, esquecimento e reconciliação. Em relação a isso, a maioria dos teóricos e pesquisadores concorda com Enright e Coyle (1998) que o perdão deve ser diferenciado de termos como:

- *Pardoning* (absolvição): conceito relacionado à justiça, e que implica em perdoar legalmente alguém da pena consequente à transgressão cometida. No entanto, o perdão pode ocorrer independentemente de o sistema jurídico já ter realizado seu julgamento e/ou aplicado punições.
- *Condoning* (“fazer vista grossa”): significa aprovar um comportamento que a maioria das pessoas pensa ser errado; que implicaria em justificativa para a ofensa, liberando o ofensor de qualquer responsabilidade. Diferentemente dessa ideia, perdoar não é o mesmo que desistir do pleito por justiça ou tolerância à injustiça.
- *Excusing* (desculpas): termo que sugere que o ofensor teve um motivo que justifique ter cometido a afronta. Mesmo que haja motivos razoáveis que expliquem a ofensa, e esses sejam considerados, perdoar não é somente entender que não houve intencionalidade.
- *Forgetting* (esquecimento): que implica que a memória da ofensa seja suprimida da consciência. Entretanto, ao perdoar não deixaremos de nos lembrar da afronta, mas torna-se possível relembrar a situação de um modo diferente e menos perturbador.
- *Denying* (negação), que se refere a uma indisposição ou incapacidade para perceber que uma afronta tenha ocorrido. Contudo, fingir que nada aconteceu ou que não ficamos magoados não é perdoar, embora, antes que o perdão seja posto em prática, as pessoas possam inicialmente utilizar esse recurso como forma de evitar entrar em contato com os sentimentos dolorosos eliciados pela afronta.

- *Reconciliation* (Reconciliação): que sugere a restauração do relacionamento. Para que possa haver reconciliação deve haver alguma forma de perdão, entretanto, para perdoarmos, não necessariamente deve ocorrer reconciliação.

Em relação a este último ponto, “a distinção filosófica básica entre perdão e reconciliação é que perdoar envolve a resposta de uma pessoa a uma ofensa. Reconciliação envolve duas pessoas relacionando-se bem novamente” (Enright et al., 1998, p. 49).

Segundo McCullough et al. (2001), embora teóricos e pesquisadores geralmente concordem sobre o que não é perdão, eles não concordam sobre *o que é* o perdão, podendo ser identificados ao menos três pontos de discordância: **(1)** se é um fenômeno intrapessoal ou interpessoal; **(2)** se está mais relacionado a abrir mão de sentimentos, comportamentos e pensamentos negativos ou inclui também o acréscimo de elementos positivos ou a substituição daqueles por estes; **(3)** e em que extensão perdão é um evento extraordinário – um processo que envolve transformações fundamentais na vida – ou se se trata de algo bastante comum na experiência cotidiana das pessoas.

Em relação ao **primeiro ponto**, há teóricos e pesquisadores que têm definido perdão como um **processo intrapessoal**, como algo que ocorre internamente no indivíduo, e que envolveria mudanças nas cognições, comportamentos, emoções e/ou motivações da pessoa ofendida, que podem desdobrar-se mesmo se ela não está mais engajada num relacionamento com o ofensor, e mesmo se o ofensor não está mais vivo. Pesquisas a partir desta perspectiva têm se centrado mais na pessoa ofendida, focando os preditores do perdão, os processos através dos quais as pessoas afrontadas perdoam, e as consequências do perdão para as mesmas (McCullough et al., 2001).

Outros estudiosos conceitualizam perdão como um processo interpessoal. Exline e Baumeister (2001), por exemplo, chamam atenção para o fato de que transgressões frequentemente envolvem pessoas próximas (familiares, amigos, colegas de trabalho,

cônjuges, etc.). Para estes autores, ter em mente como as pessoas se comportam em relação às outras depois de incidentes e transgressões e quais as fontes e consequências de suas escolhas, é crítico para o entendimento do perdão no contexto de relacionamentos em curso. Desta perspectiva, segundo McCullough et al. (2001), é o relacionamento, em vez da própria pessoa ofendida, a unidade apropriada de análise dos estudos de perdão. Como ofensores afetam vítimas, como essas afetam ofensores, e como cada parceiro contribui para o relacionamento são todos objetos importantes para o estudo a partir desse ponto de vista.

Em relação ao **segundo ponto** de divergências entre os estudiosos, como se verá adiante, alguns definem perdão como um processo que basicamente envolve uma diminuição na frequência de pensamentos e ações negativas em relação ao ofensor (Gordon, Baucom & Snyder, 2001; Temoshok & Chandra, 2001; Thorensen, Harris & Luskin, 2001).

Segundo McCullough et al. (2001), tais estudiosos fazem uma clara distinção entre “livrar-se (ou liberar-se) da amargura e raiva” e reconciliação com o indivíduo que cometeu a ofensa, admitindo que alguém pode perdoar sem reconciliar-se. Em relação a isso, é importante compreender que para esses estudiosos, perdoar não requer necessariamente substituir elementos negativos por outros positivos. Em outras palavras, ao perdão bastaria a liberação de ações, sentimentos, e comportamentos negativos, ou orientados para vingança e retaliação.

Outros autores e pesquisadores, entretanto, defendem que perdoar envolve mais do que livrar-se do negativo, e acreditam que *expressões* positivas de sentimentos, pensamentos e comportamentos em relação ao ofensor são essenciais para a concretude do perdão. De acordo com esse raciocínio, a linha que separa perdão de reconciliação pode tornar-se mais tênue. Autores que partilham desta perspectiva e que serão apresentados adiante são Enright et al. (1998), Worthington (2005), McCullough et al. (2001), dentre outros.

Quanto ao **terceiro ponto** de discussão, McCullough et al. (2001) dizem que é importante notar que os teóricos que definem perdão como algo extraordinário (pouco comum) têm focado nas vítimas que experimentaram violações muito intensas. Contudo, para esse autor, as ofensas variam em magnitude, de modo que os desapontamentos e transgressões, que têm lugar entre pessoas conhecidas e próximas durante a convivência cotidiana são certamente mais frequentes e podem eliciar formas de perdão mais corriqueiras e menos profundas. Esse perdão “ordinário”, se assim pode-se nomeá-lo, é o tipo que pode ser abarcado por estudos desenvolvimentais e sociopsicológicos de pessoas que transgridem, desculpam-se, confessam erros, arrependem-se, e perdoam e são perdoadas, num curso de uma experiência diária.

O autor ainda diz mais sobre essa questão e aponta que estas duas modalidades nas quais o perdão pode se apresentar – extraordinário ou comum – podem ser fenômenos qualitativamente diferentes, com estruturas e funções diversas. Pode-se ainda considerar que um é mais genuíno que o outro. Por outro lado, continua o autor, os dois tipos podem estar relacionados um ao outro, ou ainda, conduzir um ao outro, ciclicamente.

Conforme diz Pargament (1997, citado por McCullough et al., 2001), o indivíduo que experienciar uma forma extraordinária de perdão pode ter mais probabilidade de responder com perdão a insultos e injúrias mais comuns, presentes em seu cotidiano. Por outro lado, a experiência e a prática com formas ordinárias de perdão, em resposta a ofensas “menores” podem estabelecer o estágio para expressões mais profundas de perdão em resposta a traumas de vida maiores, que a pessoa possa, porventura, ter vivido ou ainda vivenciar.

Explicadas as possíveis divergências, vamos às definições mais conhecidas, começando pelas ideias de Enright et al. (1998), que propõem uma definição na qual perdão interpessoal é:

Uma atitude moral na qual uma pessoa considera abdicar do direito ao ressentimento, julgamentos negativos, e comportamentos negativos para com a outra pessoa que a ofendeu injustamente, e, ao mesmo tempo, nutrir sentimentos imerecidos de compaixão, misericórdia, e possivelmente amor para com o ofensor. (p.46-47)

Nesta definição, é importante enfatizar alguns aspectos: a ofensa é considerada injusta e infligida por outra pessoa; o perdão é uma escolha ou disposição por parte da vítima, e não uma obrigação, uma vez que a pessoa ofendida tem direito ao ressentimento; e a nova postura da pessoa ofendida inclui três dimensões: afeto (superação do ressentimento por meio da compaixão), cognição (superação da condenação por meio do respeito e/ou generosidade), e comportamento (superação da indiferença ou tendência a vingança, por meio de um senso de boa vontade).

Além disso, Enright et al. (1998) afirmam que o perdão ocorre somente entre pessoas (portanto, um processo interpessoal) e não entre pessoas e forças da natureza, já que para eles o perdão é um caso especial de *mercy* (piedade) direcionada a alguém que magoou outra pessoa. E os autores vão além afirmando que o perdão é mais do que cessar a raiva pelo ofensor, pois perdoar, a partir da concepção dos mesmos envolve necessariamente a substituição de emoções negativas por outras positivas.

De acordo com Enright (2008), perdoar é mais do que aceitar o que aconteceu, ou deixar de sentir raiva, ser neutro em relação ao outro, e mesmo fazê-lo apenas por se sentir bem. Pode-se dar seguimento a vida mesmo com frieza e indiferença em relação ao ofensor. Segundo ele, lidar com a raiva é uma das tarefas envolvidas no processo de perdoar, entretanto, ter como principal objetivo a eliminação da raiva e do ressentimento pode distorcer o processo de perdão, já que é possível cessar a raiva ou ressentimento por meio da vingança, por exemplo. Dada sua característica interpessoal, o perdão tem como objetivo final a disposição em ver o ofensor com certa compaixão e a partir daí, conseguir oferecer a ele o

perdão. Consiste, essencialmente, que aquele que perdoa tenha sentimentos e pensamentos positivos em relação ao ofensor. Nesse sentido, as pessoas podem iniciar o processo de perdão por quererem sentir-se melhor, mas, quando decidem “ofertar” o perdão ao ofensor, a pessoa que perdoa deixa de estar concentrada em si e passa a concentrar-se no outro, dando início ao processo de “cura”.

Esse autor ainda chama a atenção para a distinção entre o perdão e o pseudoperdão (*Pseudoforgiveness*), que segundo ele é uma estratégia usada para manter ou garantir poder ou controle sobre o comportamento do transgressor, na medida em que, apesar de ter comunicado o perdão ao ofensor, a pessoa ofendida continua lembrando-o continuamente de seu erro, exercendo dessa maneira uma superioridade ou controle incompatíveis com perdão.

De acordo com Worthington (2005), o crucial para Enright em sua definição, é sua visão de **perdão como um processo** que integra as esferas do comportamento, da cognição e do afeto. A partir desse ponto de vista, Enright propõe um modelo heurístico de como as pessoas perdoam (ver Quadro 1), constituído de vinte etapas pelas quais as pessoas podem passar. Importante explicar que nem todas as pessoas passam por todas as etapas, ou o fazem na ordem em que estão apresentadas, ou despendem o mesmo tempo nessa tarefa. Em outras palavras, o processo é singular para cada indivíduo.

**Quadro 1.** O modelo de perdão interpessoal proposto por Enright.

---

**Fase de Descoberta**

1. Exame das defesas psicológicas (Kiel, 1986).
2. Confrontação da raiva; a questão é liberar a raiva e não nutri-la (Trainer, 1981).
3. Admitir vergonha, quando apropriado (Patton, 1985).
4. Consciência da catexia [de estar tendo suas energias drenadas pela mágoa] (Droll, 1984).
5. Consciência do ensaio psicológico da ofensa [Ruminação da ofensa] (Droll, 1984).
6. Insight de que a vítima pode estar comparando sua situação a situação do ofensor (Kiel, 1986).
7. Conscientização de que a ofensa pode causar mudanças adversas e permanentes em si mesmo (Close, 1970).
8. Insight da possibilidade de alterar a visão de mundo naquele momento, em relação à situação de mágoa (Flanigan, 1987).

---

**Fase de Decisão**

9. Novos insights sobre o fato de que as estratégias para lidar com a ofensa e dor relacionada, não estão sendo eficazes (North, 1987)
10. Disposição para considerar o perdão como uma opção.
11. Comprometimento de se perdoar o ofensor (Neblett, 1974).

---

**Fase de Trabalho**

12. *Reframing* (Reenquadramento), em que o ofensor é visto contextualizado (Smith, 1981).
13. Empatia em relação ao ofensor (Cunningham, 1985).
14. Consciência de compaixão em relação ao ofensor (Droll, 1984).
15. Aceitação e absorção da dor (Bergin, 1988).

---

**Fase de Resultados/Benefícios (Aprofundamento)**

16. Encontrando sentido para si e para os outros no processo de perdão, e mesmo no sofrimento (Frankl, 1959).
17. Percepção de que o próprio self já necessitou do perdão de outros no passado (Cunningham, 1985).
18. Percepção de que não se está sozinho.
19. Percepção de que o self pode ter um novo propósito de vida em função da ofensa.
20. Conscientização do decréscimo de afetos negativos, e talvez, aumento de afetos positivos em relação ao ofensor; consciência de maior liberdade emocional e interior (Smedes, 1984).

---

*Nota:* Quadro originalmente publicado em Enright e North (1998).

Worthington (2005) por sua vez, enfatiza a importância da conexão entre o componente emocional e motivacional, e descreve perdão como sendo de dois tipos. Para este autor, há um *Perdão Decisional*, que envolve uma mudança nas intenções (objetivos a serem atingidos por determinado comportamento) de se comportar do indivíduo que sofreu a afronta, em relação ao transgressor (daí uma mudança na motivação). Há também o *Perdão Emocional*, que é a substituição de emoções negativas por outras emoções positivamente orientadas.

De acordo com essa definição, as emoções positivas neutralizariam algumas emoções negativas num primeiro momento, resultando num decréscimo das mesmas. Ao longo do tempo, havendo uma diminuição substancial das emoções negativas, emoções positivas poderiam ser então edificadas. Pode-se dizer que assim como Enright, Worthington também aborda perdão como um processo, que se inicia com uma decisão, e evolui até uma mudança emocional significativa por parte daquele que sofreu a ofensa.

Vale ressaltar, conforme nos conta Worthington (2005), que sua visão de perdão decisional foi influenciada por DiBlasio (1998), estudioso que propôs a ideia de “perdão baseado em decisão” (*Forgiveness Decision-Based*), definindo-o como uma mudança na “força de vontade” (*Good Will*) empreendida pela pessoa ofendida com o objetivo de cessar comportamentos nocivos direcionados ao ofensor.

McCullough, que junto com seu grupo de pesquisa trabalhou ao lado de Worthington e seus colaboradores, especialmente no início dos anos 1990, partilha da ênfase na conexão emoção-motivação. Para McCullough et al. (1997, 2001), McCullough e Witvliet (2002), e McCullough (2009), o perdão interpessoal é um conjunto de mudanças motivacionais em que há um decréscimo na motivação para retaliação ou vingança em relação ao ofensor; uma diminuição da motivação para evitá-lo; e um aumento de motivações mais conciliadoras e de boa vontade em relação ao ofensor, apesar das ações dolorosas infligidas por este.



Dito de outra forma, “a essência do perdão residiria em mudanças pró-sociais na motivação (evitação e/ou conciliação) de alguém em relação ao transgressor, mudanças estas que podem resultar em muitas outras modificações cognitivas e comportamentais que Enright e colegas conceitualizam como parte do perdão interpessoal” (McCullough et al., 2001, p. 8).

Já outros autores, como Exline e Baumeister (2001), propõem que quando uma pessoa age de maneira injusta em relação à outra, esta ação efetivamente cria um “débito interpessoal”. Segundo eles, o perdão poderia então ser entendido como o cancelamento ou suspensão desse débito pela pessoa que foi magoada, sendo que essa suspensão poderia dar-se através de canais múltiplos, incluindo aqueles que são cognitivos (por exemplo, decidindo não pensar sobre o acontecido; ou relembrar os próprios débitos causados a outros); afetivos (interrompendo sentimentos de raiva e hostilidade em relação ao ofensor); comportamentais (decidindo não vingar-se pela injusta sofrida); e mesmo espiritual.

Em relação à definição de perdão proposta por estes autores, se pensarmos sobre o cuidado dos autores do campo em diferenciar perdão de formas sinônimas, ela parece ir de encontro a este esforço, uma vez que “decidir não pensar sobre o acontecido” pode ser entendido como uma forma de negação.

No sentido de considerar uma mágoa como um débito ou dívida, temos ainda a definição proposta por Tangney, Fee, Reinsmith, Boone e Lee (1999, citados por Snyder & Lopez, 2007) na qual perdão refletiria uma:

Transformação cognitivo-afetiva a partir de uma transgressão na qual a vítima faz uma avaliação realista do prejuízo causado e reconhece a responsabilidade do autor, mas escolhe livremente “cancelar a dívida”, abrindo mão da necessidade de vingança ou punições merecidas e de qualquer busca de compensação. Esse “cancelamento da dívida” também envolve um “cancelamento das emoções negativas” diretamente relacionadas à transgressão. Especificamente, ao perdoar, a vítima supera seus

sentimentos de ressentimento e raiva em função da atitude. Resumindo, por meio do perdão, o indivíduo prejudicado essencialmente se retira do papel de vítima. Tal modelo sugere então, que abrir mão das emoções negativas é o núcleo do processo de perdão. (p. 254)

Há também a definição de Thompson et al. (2005, p. 318) para quem o perdão pode ser entendido como:

O reenquadramento da percepção de uma transgressão de modo que as respostas ao transgressor, à transgressão e às sequelas da mesma, passem de negativas a neutras ou positivas. A fonte da transgressão, e, portanto, o objeto do perdão pode ser a própria pessoa, outros indivíduos ou uma situação que seja vista como fora da possibilidade de controle (como por exemplo, uma doença, o “destino”, ou um desastre natural).

Snyder e Lopez (2007), em função da amplitude de alvos para o perdão que esta definição apresenta (incluindo até mesmo catástrofes naturais), consideram-na uma das mais abrangentes dentre todas.

Nesse sentido, outra autora que partilha da visão de perdão que inclui mais que pessoas, é Casarjian (1992), que em seu livro, propõe o perdão como uma maneira de lidar inclusive com doenças como artrite, já que parte do pressuposto de que o ressentimento acaba “contribuindo” com o adoecimento do corpo.

Convém lembrar aqui Enright et al. (1998) que dizem que perdão se dá apenas entre pessoas e não entre pessoas e forças da natureza. Segundo estes autores “alguém não pode perdoar uma tempestade destrutiva na qual amigos pereceram, porque uma pessoa não nutre sentimentos de compaixão, generosidade, ou amor em relação a uma tempestade” (p. 47), sentimentos que são necessários ao lidar com as emoções negativas, de acordo com sua proposta de definição.

Ponto de vista com o qual Snyder e Lopez (2007) dizem discordar. Segundo eles, a visão que têm sobre perdão “está de acordo com o modelo de Thompson, no qual o alvo pode ser outra pessoa, a própria pessoa ou uma situação” (p.256).

Além dessas definições, há ainda outras mais orientadas cognitivamente – no sentido de que o perdão assenta-se principalmente na mudança no modo como a pessoa “percebe” a situação de mágoa – como é o caso de Luskin (2007), Flanigan (1998) e, Gordon, Baucom e Snyder (2001). Tais autores conceituam perdão como a interrupção dos sentimentos de raiva e de comportamentos hostis em relação ao transgressor sem que isso signifique necessariamente reconciliação com o mesmo, ou esquecimento da afronta sofrida. É interessante notar que nestas definições “cognitivas”, especialmente naquela proposta por Luskin (2007) quase nunca se atribui importância à empatia no processo de perdoar.

Já as demais definições apresentadas acabam considerando mais aspectos interpessoais quando abordam o perdão, enfatizando o comportamento empático da vítima em relação ao ofensor. De acordo com elas, é sim algo que traz benefícios para quem está efetivamente perdoando, mas isso é uma consequência “secundária”, já que a orientação primária é para o outro, e o objetivo final é a expressão do perdão ao ofensor.

Embora a presença de tais pontos de divergências quanto a aspectos definidores de perdão possa parecer desencorajador, convém mencionar Pargament, McCullough e Thoresen (2001), que acreditam que:

Essas diferenças nos sentidos atribuídos ao perdão não são necessariamente problemáticas neste estágio recente dos estudos. Tal heterogeneidade pode, de fato, contribuir para um quadro mais dimensional do perdão. Para evitar confusão, contudo, pesquisadores, teóricos, e profissionais precisarão ser bastante explícitos sobre as definições que guiam seus trabalhos e o fenômeno de interesse que estão dentro e fora dos limites do construto de perdão. Entretanto, um entendimento mais completo de

perdão requererá melhor integração destas várias perspectivas sob uma mesma “definição” ou conceito. (p. 304)

Com esse propósito integrativo, Pargament et al. (2001) propõem uma definição no intuito de que ela seja suficientemente ampla e capaz de englobar os aspectos intra e interpessoais envolvidos no processo de perdoar. Essa definição propõe o perdão como “uma mudança intraindividual, prossocial, em relação a um transgressor percebido, que está situado num contexto interpessoal” (p.304).

Finalmente, conforme aponta Worthington (2005), a pesquisa básica frequentemente investiga os aspectos singulares do perdão um de cada vez. Mesmo se os estudiosos acreditam que o perdão é multifacetado, eles isolam aspectos e estudam-nos. Contudo, a maior parte das intervenções inclui mudanças cognitivas, comportamentais, afetivas e frequentemente interpessoais nas motivações das pessoas. E, independentemente de qual elemento acreditam ser o mais provável de causar mudanças, os pesquisadores e profissionais buscam maximizar as possibilidades de mudança do indivíduo que está lidando com uma situação de mágoa, pela abertura de meios ou canais diversificados.

Diante do exposto, interessa mencionar que a partir dos objetivos do presente trabalho optou-se por utilizar a definição de perdão proposta por Enright et al. (1998), já apresentada, e que aborda o perdão como uma atitude moral em que a pessoa ofendida deliberadamente escolhe pensar, sentir e comportar-se em relação ao ofensor de modo mais positivo que negativo. Esta definição mostra-se mais interessante por entender o perdão como um processo que integra cognição, afeto e comportamento, variáveis que são importantes dentro da Teoria Cognitivo-Comportamental, que considera que as respostas emocionais e comportamentais, bem como a motivação são influenciadas pelo modo como conferimos significados às situações que vivenciamos.

### 3.3. Bases evolutivas do comportamento de perdoar

O ato de perdoar envolve mecanismos neurocognitivos e afetivos bastante complexos e parece ser um aspecto importante para a psicoterapia e para a mudança de comportamento envolvendo interação entre pares. Uma noção melhor do ato de perdoar envolve a compreensão de mecanismos neuropsicológicos subjacentes ao senso de “eu”, o papel da capacidade de reconhecimento de dano ao “self” e a função e o impacto do comportamento de revanche para a espécie humana (Newberg, d’Aquili, Newberg, & deMarici, 2001).

A parte evolutiva do cérebro responsável pela capacidade de abstração e reificação (capacidade de gerar classes de objetos e estabelecer relações entre as coisas) é a parte inferior do lobo parietal. É ela que nos dá o senso de self (Geschwind, 1965; Luria, 1980). Essa estrutura permite ao homem experimentar uma consciência de “eu” (eu sou diferente dos outros e das coisas). Uma ofensa é sempre um ataque ao self.

Indo além e buscando bases sociais para o perdão, a psicologia evolutiva e a neuropsicologia ajudam esclarecer o papel funcional do comportamento de perdoar, sugerindo que a adaptação da espécie às exigências de mecanismos de socialização (cooperação, coesão grupal) selecionou estruturas cerebrais que permitem inibir o comportamento de revanche, que, se levado a cabo por meio de comportamentos agressivos, colocaria a sobrevivência da espécie em cheque.

Para compreendermos este aspecto de maneira mais ampla convém citarmos o conceito de “*conspecific congruence*”, que Newberg et al. (2001) explicam tratar-se de uma espécie de balança, pressuposta pelos neuroevolucionistas, pela qual parte-se do pressuposto de que numa espécie social como a humana “todos somos iguais, dado que todos somos seres humanos”. Este conceito implica uma congruência horizontal entre os organismos de uma mesma espécie. Em outras palavras, trata-se de uma balança de favores e ofensas das

espécies, neste caso a espécie humana. A ideia é de que se algo bom (receber reforçadores) ou ruim (sofrer punições) é feito a alguém, essa pessoa deve retribuir a fim de restabelecer a congruência con-específica.

Uma vez que a congruência é alterada negativamente (aversivos em curso), os comportamentos de revanche ou de perdão passam a ser opções do organismo. Sendo assim, toda forma de injúria percebida pelo self, bem como todo favor recebido deveriam gerar uma tendência à retribuição a fim de reequilibrar a balança social. No que tange à forma negativa de desequilíbrio desta balança (sofrer uma ofensa, por exemplo), o revide sempre coloca, tanto quem revida quanto quem sofre a punição em perigo físico ou social. Desta forma, se não houvesse um mecanismo biológico-social que atuasse sobre esta tendência de “retribuição” em contextos aversivos, certamente a espécie humana estaria em risco no que tange à perpetuação de seus membros (Newberg et al., 2001).

O perdão, numa visão da psicologia comparada, é o homólogo neocortical dos eventos de reconciliação entre primatas. Uma questão importante então é: qual a função do comportamento de perdoar em nossa espécie? Para responder a esta questão é preciso remeter-nos aos estudos sobre o perdão que apontam para um incremento na percepção do próprio self nas situações de ofensa ou injúria (Newberg et al., 2001).

Isso quer dizer que a pessoa ofendida tende a perceber-se profundamente “atacada”. Neste sentido, a revanche envolverá um grau de belicosidade bastante elevado. Ao revidar, o “outro” também tenderá a perceber o revide como excessivo e buscará revidar novamente.

Este mecanismo operando livremente geraria um caos social, pois toda a tentativa de restaurar o status pessoal por meio de um “equilíbrio de revanches” entre as partes resultaria em um novo desequilíbrio. O comportamento de perdoar parece ter sido selecionado para evitar este caos (Newberg et al., 2001).

Desta forma, mecanismos sociais e religiosos (mecanismos diferentes dos mecanismos evolutivos) parecem ter atuado na história da humanidade ocupando um papel importante para o desenvolvimento de regras morais ligadas ao perdoar, a fim de conter ou evitar um “revide” desenfreado emerso das situações de ofensa.

Além disso, associado ao ato de perdoar está a seleção de outra conduta: o comportamento empático. A empatia parece ser uma condição para se perdoar. Estudos mostram que mecanismos vicariantes parecem agir quando o comportamento de perdoar é emitido, pois a observação de alguém perdoando parece gerar calma e empatia nos observadores (Newberg et al., 2001). Esses correlatos do perdão são reforçadores potentes e atuam como elementos ligados à seleção e à manutenção do comportamento de perdoar tanto no repertório da espécie quanto no do indivíduo em particular.

Como foi dito anteriormente, a visão evolutiva (seleção natural de estruturas corticais e subcorticais que permitem à espécie perdoar, como por exemplo, a parte inferior do lobo parietal) e a visão comportamental (seleção ontogenética de um repertório comportamental envolvendo perdão e empatia) apontam para uma vantagem para o grupo social que emitiu comportamentos de perdão, pois uma escalada progressiva de comportamentos de revanche poderia ter levado à extinção da espécie em seu período inicial.

As pesquisas também mostram que perdoar pode não ter tido uma vantagem evolutiva direta, mas está ligada à possibilidade de manutenção da coesão entre indivíduos de um grupo social e da própria estrutura familiar, implicando, portanto, uma “vantagem social” (Newberg et al., 2001).

Assim, ao se abordar o perdão dentro de uma perspectiva evolucionista, é possível traçar um paralelo com as proposições de Skinner (2003) a respeito do comportamento e sua evolução. Segundo Catania (1999), Skinner propõe um modelo de seleção pelas consequências como uma das formas de seleção do comportamento. São três os níveis de

variação e seleção, responsáveis pela história do comportamento humano, a saber: a própria seleção natural; o condicionamento operante (seleção ontogenética), que explica que as consequências dos comportamentos retroagem sobre o comportamento alterando a probabilidade de que tais condutas se repitam no futuro; e a seleção promovida pela cultura. As duas primeiras formas de seleção foram tratadas anteriormente.

Do ponto de vista da seleção cultural do ato de perdoar, é preciso destacar brevemente dois mecanismos de controle social ou agências controladoras: a justiça e a lei, e o significado espiritual do perdão.

A justiça e a lei são formas sociais e culturais de mediar o comportamento de revanche visando a autopreservação de quem foi ofendido. Pela lei a punição é aplicada de forma a preservar a ordem social e na maioria das vezes a integridade física tanto do ofendido quanto do ofensor. Dada a ameaça de punição, visa-se performar comportamentos de fuga/esquiva de um possível ofensor por meio de autocontrole.

Da mesma forma, o significado espiritual do perdão nos remete ao papel da religião como uma agência controladora do comportamento de revidar, apontando o perdão como um valor, o que significa “reforço” deste comportamento em contextos religiosos. Por outro lado, observa-se no discurso religioso uma associação da transcendência com o perdão: perdoando a pessoa experimenta o transcendente (experiência fortemente auto reforçadora).

Em suma, o comportamento de perdoar pode ser compreendido a partir dos três níveis de seleção do comportamento de forma complementar. Isso possivelmente explique por que este elemento do repertório social é tão relevante para o ser humano.



### **3.4. Aspectos motivacionais e perspectivas das vítimas e ofensores quanto ao comportamento de perdoar**

Tendo sido apresentadas as definições que os principais autores sobre o tema propõem, e lembrando que muito do que as pessoas sofrem como injustiça faz parte dos relacionamentos cotidianos estabelecidos com familiares, amigos e colegas de trabalho, conforme nos diz Rique et al. (2007), talvez seja interessante nos voltarmos para as questões que deram início a este projeto de pesquisa: “Por que uma pessoa perdoa outra que lhe causou sofrimento?” ou ainda, “Por que alguém age de maneira a cancelar os ‘débitos interpessoais’ criados pela ofensa, enquanto outros escolhem manter distância, ignorar, ou mesmo vingar-se do ofensor?”.

Conforme citado anteriormente, alguns estudiosos conceitualizam o processo de perdoar como um processo interpessoal, e nesse sentido, o que mais interessa a estes autores é compreender como as pessoas se comportam em relação a outras depois de incidentes e transgressões, e quais as fontes e consequências de suas escolhas.

Perdoar parece ser uma resposta com uma valência positiva – no sentido de que não pode ser classificada como uma resposta de retaliação – que é emitida em situações em que estão presentes aspectos aversivos. Dada uma situação de injustiça e mágoa, parece razoável esperar que a resposta daquele que sofre uma afronta seja a vingança ou o revide. No entanto, é possível observar exemplos nos quais mesmo em condições muito perturbadoras – como aquelas que envolvem traição por parte de um cônjuge; morte de um filho por bandidos, etc. – alguns respondam perdoando. Desta forma, revidar ou perdoar podem ser alternativas para responder a uma situação conflituosa, que levam a diferentes consequências.

Vejamos brevemente algumas possibilidades que quando presentes alteram a probabilidade de que a resposta de perdão ocorra. Algumas apontam para consequências

benéficas da expressão do perdão, no entanto outras sinalizam que perdoar pode ter consequências negativas, que acabam por representar barreiras à expressão do perdão.

Expressões sinceras de perdão podem ter efeitos positivos nos relacionamentos, uma vez que perdoar pode interromper a espiral negativa iniciada com a ofensa – evitando a intensificação do conflito – substituindo-a por um ciclo de intenção e ação positivas, que envolvem tanto vítima quanto ofensor. Isso por si só, já é uma consequência bastante positiva (Baumeister et al., 1998; Exline & Baumeister, 2001).

Além disso, é possível que, em alguns casos, perdoar implique a redução ou interrupção da estimulação negativa (respostas de fuga reforçada negativamente), em que os estímulos aversivos são representados pelos sentimentos de ressentimento e raiva, eliciados pelas situações de afronta, e possivelmente mantidos pela motivação para vingança (alternativa que também pode ser reforçadora) (Baumeister et al., 1998; Exline & Baumeister, 2001).

Perdoar pode ainda implicar no acréscimo de reforçadores sociais, uma vez que a resposta de perdão pode estar associada a características pessoais positivas que são valorizadas no ambiente social do indivíduo e neste caso a frequência alta dos reforços sociais e o custo baixo da resposta de perdoar – em comparação aos custos que podem ser gerados pela revanche – podem ser decisivos. Mecanismos de auto reforço também podem estar presentes quando valores como perfeição pessoal são importantes para o indivíduo.

O contrário também é pertinente. Existe a possibilidade de que o grupo social emita críticas em relação ao ato de perdoar um transgressor. Este mecanismo punitivo pode levar a pessoa a optar por não fazê-lo. Daí a necessidade de se avaliar todos os potenciais reforçadores presentes numa situação de escolha como a que envolve o conflito revidar/perdoar (Fava & Abreu-Rodrigues, 2007).

Em relação a isso, e retomando a ideia de motivação para a vingança mencionada anteriormente, é importante considerar que assim como perdoar, vingar-se também pode ter função reforçadora – afinal, conseguir vingar-se também é uma forma de lidar com o ressentimento – já que uma pessoa ofendida pode engajar-se mais prontamente em comportamentos de revanche, do que de perdão, em se pensando, por exemplo, na possibilidade de que ela esteja inserida num ambiente em que são valorizados aspectos ligados a “defesa da honra”.

Dito de outro modo, ao manejarem seus sentimentos de dor e raiva, algumas pessoas podem estar relutantes em assumir possíveis riscos – aspectos punitivos – envolvidos na comunicação do perdão, sendo um deles, o medo de parecer fraco perante outras pessoas significativas. Tal situação pode estabelecer condições para que a vingança seja considerada uma resposta eficaz para lidar com a ofensa interpessoal (nessa situação específica) (Baumeister et al., 1998; Exline & Baumeister, 2001).

Outros riscos possivelmente envolvidos na comunicação do perdão são o medo de que a transgressão se repita no futuro, uma vez que, para algumas pessoas, perdoar pode significar tornar-se vulnerável, abrindo precedentes para futuras ofensas; e a perda dos benefícios concedidos e mantidos pelo status de vítima, que em muitas ocasiões, representa a presença de suporte e atenção dos demais, além do que, estar no papel de vítima, é em certas circunstâncias uma forma de incutir culpa no ofensor, adquirindo poder ou controle sobre o mesmo (Exline & Baumeister, 2001).

Essa última ideia a respeito do status de vítima remete à ideia de pseudoperdão, que segundo Enright et al. (1998), consiste em utilizar a expressão de perdão, de maneira não sincera, com intuito de ganhar vantagens, autoproteção, e justificar comportamentos de ataque, ao mesmo tempo em que se mantém o controle sobre o ofensor. Importante mencionar isso, pois como é possível observar, a topografia da resposta de perdão nem sempre está a

serviço da manutenção da “saúde” dos relacionamentos, ou nem sempre é uma “resposta virtuosa”.

Obviamente, essas possibilidades de compreensão do perdão não são as únicas, mesmo porque as situações de mágoa englobam muitas variáveis que diferem tanto em relação aos tipos de eventos aversivos, quanto em relação à história de aprendizagem das pessoas envolvidas na situação de ofensa. Importante mencionar isso, pois a pluralidade de situações aprendidas que constituem uma história de vida faz com que o perdoar, tomado aqui como uma resposta, possa adquirir tanto funções de reforçamento como de punição em diferentes contextos para uma mesma pessoa.

A ideia que emerge do que foi exposto até aqui é a de que o perdão é um processo único para cada pessoa, tanto para a pessoa ofendida ou vítima, quanto para o ofensor, ou qualquer outro observador que possa estar envolvido, e, portanto, cada pessoa é afetada de forma diferente e experimenta eventos intrapsíquicos e interpessoais singulares (Worthington, 2005).

Se analisarmos o comportamento de perdoar sob a perspectiva do transgressor, este pode experimentar culpa, autocondenação, ou vergonha. Geralmente, o transgressor deve responder a uma acusação, de modo que pode desculpar-se ou oferecer restituição. Pode estar arrependido, ou pode meramente expressar remorso e constrição, mas continuar a transgredir. Alguns transgressores podem ser verdadeiramente culpados e na medida com a qual foram acusados; outros podem ser falsamente acusados ou acusados de serem mais insensíveis ou ameaçadores do que de fato pretendiam. Alguns podem ser narcisistas. Outros podem ser antissociais ou manipulativos, enquanto há aqueles que demonstram maior empatia. Alguns podem perdoar a si mesmos, e depois de aceitarem a responsabilidade pela ofensa, tentarem fazer reparações. Há ainda os que permanecem em sua culpa, incapazes de se perdoar. Uma vez que a vítima tenha perdoado, o transgressor pode refletir se o perdão pode ser aceito

(acolhido), e em caso afirmativo, escolher também perdoar-se. Portanto, as experiências do transgressor são complexas e conectadas com as experiências e respostas da vítima (Worthington, 2005).

Tomando a perspectiva da vítima (ou da pessoa ofendida), é possível notar que a mesma, ao experienciar o dano de uma transgressão, responde com raiva, medo ou ressentimento, sendo que o modo como ela percebe a ofensa (o quão intenso ela foi; se foi intencional; quanto mal causou, etc.) parece ser afetado pelo seu auto envolvimento – e mesmo por seus esquemas mais ativos como se verá adiante. O modo como a pessoa lida com a ofensa pode estar relacionado a atributos de personalidade. Algumas pessoas podem ser vingativas, outras podem ser mais repressivas, e tenderem a desconsiderar tentativas reparadoras por parte do ofensor. Há ainda aquelas que se sentem amedrontadas, enquanto outras são mais expressivas. Muitas ruminam sobre as feridas que experienciaram, sendo que o conteúdo e a intrusividade (pervasividade) da ruminação afeta o modo como respondem as ofensas (Worthington, 2005).

Assim, tanto ofensores quanto as pessoas ofendidas (e observadores) podem estar motivados para diferentes ações a partir da transgressão. Quanto às vítimas, elas podem ter fortes motivos de justiça, e caso a justiça não seja rapidamente oferecida, podem responder com disposição para não perdoar, o que se manifesta na manutenção do ressentimento ou mesmo na busca por vingança. Outras podem lidar com a injustiça por meio da aceitação, ou elencando justificativas por terem sido ofendidas (racionalizações), ou mesmo liberando o ofensor da responsabilidade pela ofensa, o que pode denotar uma postura de passividade diante da situação (Worthington, 2005).

Algumas vítimas lidam com a injustiça mediante grande esforço e por meio da supressão de sentimentos, ou decidindo perdoar. E alguns podem também experimentar um perdão transformador, ao atribuir algum propósito ou sentido maior a situação de ofensa

quando conseguem transcende-la. Deste modo, as pessoas podem ter motivos diversos para perdoar ou vingar-se, e características pessoais (personalidade) podem determinar se tais razões serão ou não consideradas (Worthington, 2005).

Da mesma maneira, é provável que o comportamento dos ofensores seja influenciado por suas personalidades. Eles podem ter uma tendência à culpa ou vergonha (*shame/guilt-prone*), ou apresentarem traços narcisistas, o que influencia, por exemplo, se um ofensor reconhecerá o erro e buscará a reparação do mesmo junto à vítima. (Worthington, 2005).

Finalmente, conforme nos explica Mullet et al. (2005), a decisão de perdoar depende de numerosos fatores (preditores) tais como: fatores situacionais (intenção de ferir, repetição da ofensa, severidade das consequências, cancelamento ou não das consequências, presença de desculpas e/ou compensação do ofendido, e.g., Mullet & Girard, 2000); fatores relacionais (identidade do ofensor e sua proximidade com a vítima, seu status hierárquico, sua atitude após a ofensa, as pressões do ambiente, e.g., Aquino, Tripp & Bies, 2001), e finalmente fatores de personalidade (Abertura para a experiência, Conscienciosidade, Extroversão, Afabilidade, Neuroticismo, e.g., McCullough & Worthington, 1999; Mullet, Neto, & Rivière, 2005).

Diante disso, podemos perceber que o tema perdão é de certo modo complexo e cada investigador pode abarcar apenas uma limitada peça desse processo. Deste modo, como outrora mencionado, a contribuição do presente projeto para ampliar a compreensão acerca do fenômeno envolve a investigação das diferenças existentes entre pessoas mais e menos dispostas a perdoar ofensas interpessoais, quando são considerados os esquemas iniciais desadaptativos apresentados pelo indivíduo.

Conforme se verá na próxima seção, esquemas podem ser compreendidos como estruturas que condensam uma série de significados, e que funcionam como filtros, cuja trama permite que algumas informações sejam processadas, enquanto impede que outras sejam

apreciadas. Para os objetivos deste projeto, conhecer os tipos de esquemas que podem estar atuantes na organização de personalidade de uma pessoa é importante pelo fato de que, ao perdoar – especialmente se partimos da ideia de que perdoar envolve substituir atitudes negativas por outras mais conciliadoras – muitas vezes é necessário considerar novas informações, novos dados (sobre a afronta, sobre o ofensor, e inclusive sobre si mesmo, no que tange sua história de aprendizagens), que podem permitir à pessoa ofendida ampliar sua avaliação ou sua maneira de pensar sobre a situação de injustiça, de modo que se torne flexível o suficiente para considerar o perdão como possibilidade.

#### 4. ESQUEMAS INICIAIS DESADAPTATIVOS

A abordagem que embasará este estudo será a perspectiva cognitiva, que atribui grande importância ao processamento da informação (cognições) para entender a maneira como as pessoas se comportam. Mostram-se importantes também para os fins deste estudo, princípios advindos da Terapia Cognitivo-Comportamental, cuja premissa fundamental versa que as respostas emocionais e comportamentais, bem como a motivação das pessoas, são influenciadas pela interpretação ou representação das situações que vivenciam, ou pelo modo como atribuem significados a elas.

Em função disso, para a Terapia Cognitivo-Comportamental, o conceito de esquemas é de especial importância. Para Beck (1967), considerado o pai da psicoterapia cognitiva, um esquema é uma estrutura cognitiva que filtra, codifica e avalia os estímulos, aos quais o indivíduo é submetido. E é com base num conjunto de esquemas, que o indivíduo consegue orientar-se em relação ao tempo e ao espaço e categorizar e interpretar experiências de maneira significativa.

Segundo Segal (1988, citado por Young, 2003), esquemas “são elementos organizados de reações e experiências passadas que formam um corpo de conhecimento relativamente coeso e persistente, capaz de guiar a percepção e a avaliação subsequente” (p.15). Para outros autores, os esquemas são estruturas responsáveis pela construção do significado, que processam, filtram, codificam e avaliam informações associadas a estímulos, permitindo que o indivíduo possa categorizar e interpretar experiências de maneira pessoal, singular e significativa ou de modo que faça sentido em sua adaptação e funcionamento (Serra, 2006; Callegaro & Landeira-Fernandez, 2008).

De acordo com Callegaro e Landeira-Fernandez (2008) “grande parte dos esquemas é de natureza implícita (...) e pode influenciar a origem de padrões complexos de pensamentos



explícitos, uma vez que atuam ajustando as informações que chegam à consciência por meio de padrões preconcebidos de interpretação” (p. 862). Desse modo, os esquemas podem ser disfuncionais quando geram falhas no processamento de informações, produzindo distorções cognitivas e provocando erros sistemáticos de raciocínio, comumente presentes em momentos de sofrimento psicológico, como quando alguém está lidando com situações de ofensa e mágoa, por exemplo.

É importante mencionar essa ideia, pois há de fato situações em que a ofensa é real, assim como suas consequências danosas. Entretanto, deve-se considerar a possibilidade de que em função de algumas distorções cognitivas, o indivíduo ofendido perceba a intensidade e a extensão dos danos de modo pouco condizente com a “realidade”, assim como experimente dificuldades em entender, por exemplo, que não houve intenção do ofensor, o que pode dificultar a tarefa de perdoar.

Embora o conceito de esquema e suas origens na Psicologia não sejam algo novo, em psicoterapia ele passou a receber mais atenção a partir da década de 1990, quando Jeffrey E. Young desenvolveu a Terapia Focada em Esquemas com o intuito de ampliar as possibilidades de ação da Terapia Cognitiva, especialmente no tratamento de pacientes com problemas caracterológicos subjacentes as síndromes sintomáticas e transtornos de personalidade.

O modelo desenvolvido por Young enfatiza a mudança de padrões relativamente rígidos de memória implícita por meio de estratégias que acionam esquemas emocionais, como a recordação de experiências afetivas e o investimento num bom relacionamento terapêutico. A terapia focada em esquemas é mais longa do que a terapia cognitiva, dedicando muito mais tempo à identificação e superação dos esquemas implícitos disfuncionais, que Young denomina de Esquemas Iniciais Desadaptativos (EIDs) (Callegaro & Landeira-Fernandez, 2008).

Os EIDs são constituídos por memórias, emoções, cognições e sensações corporais, organizados em torno de temas amplos e estáveis, relacionados a necessidades emocionais fundamentais ao pleno desenvolvimento humano, que não foram adequadamente atendidas ao longo da vida de um indivíduo. Necessidades como: vínculos seguros, estabilidade, autonomia, sentimentos de identidade, espontaneidade, limites, autocontrole, dentre outras (Young, 2003; Young, Klosko & Weishaar, 2008).

Em sua grande maioria, os EIDs originam-se pela vivência de experiências nocivas ou deletérias com seus cuidadores que se repetem com alguma regularidade no decorrer da vida e que impossibilitam o preenchimento das necessidades emocionais mencionadas. E apesar de nem todos os esquemas possuírem traumas em sua origem, esses padrões de funcionamento são destrutivos e causadores de sofrimento (Young et al., 2008; Schmidt, Joiner Jr., Young & Telch, 1995).

Segundo Young (2003) “as crianças têm cinco tarefas primárias: conexão e aceitação, autonomia e desempenho, limites realistas, auto-orientação e auto-expressão, espontaneidade e prazer” (p. 25). Quando os cuidadores e o ambiente social oferecem condições adequadas, as crianças se desenvolvem de maneira sadia em todas essas áreas. Entretanto, quando o ambiente parental ou social é precário, a criança pode desenvolver EIDs em um ou mais de vários domínios, que serão apresentados adiante.

Deste modo, os EIDs são estruturas estáveis e duradouras que se desenvolvem e se cristalizam precocemente na personalidade do sujeito, ao longo de sua vida, e tornam-se princípios organizadores do funcionamento cognitivo, emocional, interpessoal e comportamento do indivíduo. Operam de modo sutil, fora da consciência, e produzem disfunções importantes, podendo gerar transtornos mentais ou sofrimento psicológico significativo (Callegaro & Landeira-Fernandez, 2008; Young, 2003; Young et al., 2008).

Por serem constituídos por crenças e sentimentos incondicionais sobre si mesmo, são percebidos como irrefutáveis e aceitos como parte natural do self – do mesmo modo como as crenças centrais na proposta de Beck (1967). Outro aspecto é que são adotados como modelo para experiências futuras e se tornam complexos ao longo da vida, transformando-se em padrões intensamente arraigados de pensamentos e comportamentos disfuncionais, configurando desse modo, processos de funcionamento da personalidade que mediam a interação do indivíduo com a “realidade”. (Young, 2003; Young et al., 2008).

Outra característica dos EIDs é que eles são auto perpetuadores e, desta maneira, resistentes à mudança. A iminência da transformação do esquema perturba a organização cognitiva e o indivíduo lança mão de uma série de estratégias cognitivas, emocionais e comportamentais para preservá-lo (Young, 2003). Como se desenvolvem precocemente, os esquemas são familiares e confortáveis e estão no centro do autoconceito do indivíduo e de sua maneira particular de compreender o mundo. Em outras palavras, os esquemas são egossintônicos, e deste modo, mesmo que desencadeiem sensações desagradáveis, tais sensações, por reeditarem a atmosfera familiar da infância, reforçam o esquema, facilitando sua ativação ao longo da vida, perpetuando-o.

Além disso, os EIDs são expressivamente disfuncionais e influenciam na habilidade de um indivíduo adulto em suprir suas necessidades fundamentais como estabilidade, conexão, autonomia, dentre outras (Salkovskis, 2005; Young 2003, Young et al., 2008).

No livro *Reinventing Your Life* (1994), escrito para leigos, Young explica o que são esquemas, e como é possível lidar com eles. Ele propõe como um dos passos para a “cura” dos esquemas, o perdão aos pais ou cuidadores, quando o paciente acha isso possível. No caso, o perdão surge como uma ferramenta para ajudar o paciente a lidar justamente com essas experiências disfuncionais que tiveram quando criança. Na impossibilidade de alterar eventos passados, fica a possibilidade de tentar alterar o significado que tais eventos tiveram e

têm para o paciente no aqui e agora, e que muitas vezes são fontes de ressentimento, raiva e revolta e acabam por tornarem-se impedimentos ao desenvolvimento pleno e saudável do indivíduo já adulto.

Outros fatores cumprem um papel no desenvolvimento dos EIDs, como o temperamento emocional, que é um componente inato, que interage com os estilos parentais e os aspectos culturais, garantindo uma configuração de esquemas única para cada pessoa, que ajuda a entender a razão de algumas pessoas serem mais suscetíveis que outras à ativação de certos tipos de esquemas em determinadas situações.

Como já foi dito, os EIDs influenciam a forma como os indivíduos pensam, sentem, agem e relacionam-se com outras pessoas. Na presença de um meio que lembre a atmosfera familiar da infância, tais esquemas são ativados, levando o indivíduo a experimentar fortes sentimentos negativos. Conforme explicam Young et al. (2008), os esquemas são dimensionais, ou seja, têm diferentes níveis de gravidade e penetração [na personalidade], de modo que quanto mais grave o esquema, maior é o número de situações que podem ativá-lo. Ademais, os EIDs e as formas desadaptativas com que os indivíduos aprendem a enfrentá-los, por vezes estão por trás de sintomas crônicos oriundos de diversas psicopatologias.

Segundo Young et al. (2008), as pessoas lidam com os seus esquemas de maneiras diferentes em momentos diferentes. Em relação a isso, Young explica que há três estilos ou respostas de enfrentamento desadaptativos: a resignação ou manutenção do esquema, a evitação do esquema e a hipercompensação do esquema. Tais respostas são encontradas em formas brandas em populações não clínicas, mas em formas rígidas e extremas em populações clínicas.

Segundo Young et al. (2008), a **resposta de manutenção** está mais vinculada a processos de reforçamento dos esquemas, tais como distorções cognitivas e padrões de comportamentos auto derrotistas. Ao adotarem este estilo de enfrentamento os indivíduos

acatam o esquema, não tentam evitá-lo e nem lutam contra ele, aceitando-o como verdadeiro. Sentem diretamente o sofrimento emocional do esquema e agem de maneira a confirmá-lo. Já a **resposta de evitação** é uma tentativa realizada pela pessoa de não entrar em contato com o sofrimento decorrente do acionamento do EID, e pode ocorrer nos níveis cognitivo, afetivo ou comportamental. Ao evitar o esquema o indivíduo tenta organizar sua vida de maneira a desviar-se de situações potencialmente ativadoras de seus esquemas.

Por fim, a **resposta de compensação do esquema (ou hipercompensação)**, caracterizada pelo engajamento em padrões de comportamento opostos àqueles padrões verificados nos esquemas normalmente ativos. Quando hipercompensam, os indivíduos “lutam” contra o esquema pensando, sentindo, comportando-se e relacionando-se como se o oposto do esquema fosse verdadeiro. Dedicam-se a ser o mais diferente possível das crianças que foram quando o esquema foi formado. Na superfície são autoconfiantes e seguros, mas intimamente, sentem a pressão do esquema ameaçando vir à tona (Young et al., 2008).

Finalmente, é importante dizer que, por meio da noção de Esquemas Iniciais Desadaptativos, é possível também pensar na organização da personalidade de indivíduos, entretanto, sem classificar necessariamente tais organizações dentro das divisões propostas pelo DSM, como propõe Beck, Freeman e Davis (2005) em sua teoria de personalidade apresentada no livro *“Terapia Cognitiva dos Transtornos de Personalidade”*. Em sua teoria, Young (2003) propôs dezoito EIDs, agrupando-os em cinco domínios de esquemas, apresentados a seguir.

**Quadro 2.** Esquemas Iniciais Desadaptativos (EIDs) e seus respectivos domínios

<b>DOMÍNIOS DE ESQUEMAS</b>	<b>EIDs</b>
Desconexão e Rejeição <i>(Necessidades de vinculação segura com outros indivíduos, segurança, estabilidade, cuidado e aceitação)</i>	Abandono e Instabilidade Desconfiança e Abuso Privação Emocional Defectividade e Vergonha Isolamento Social e Alienação
Autonomia e Desempenho Prejudicados <i>(Necessidade de autonomia, competência e sentido de identidade)</i>	Dependência e Incompetência Vulnerabilidade ao dano ou a doença Emaranhamento e Self Subdesenvolvido Fracasso
Limites Prejudicados <i>(Necessidade de limites realistas e autocontrole)</i>	Arrogo e Grandiosidade (Merecimento) Autocontrole e Autodisciplina insuficientes
Orientação Para o Outro <i>(Necessidade de liberdade de expressão de desejos, sentimento e emoções, de maneira válida)</i>	Subjugação Auto Sacrifício Busca de Aprovação e Reconhecimento
Supervigilância e Inibição <i>(Necessidade de espontaneidade e lazer)</i>	Negativismo e Pessimismo Inibição Emocional Padrões Inflexíveis e Postura Crítica Exagerada Postura Punitiva

### **I. Desconexão e Rejeição**

Neste domínio o tipo de necessidade emocional não atendida relaciona-se aos sentimentos de conexão e aceitação. Segundo Young (2003), conexão é o sentimento de estar conectado a outras pessoas de maneira estável, duradoura e confiante, e envolve o estabelecimento de relações íntimas e de laços emocionais importantes, que permitam ao sujeito sentir-se integrado a um grupo, como a família, por exemplo. A aceitação por sua vez, envolve o sentimento de ser digno de ser amado por outras pessoas, e, portanto, merecedor de atenção, cuidado, e respeito.

Indivíduos que quando crianças não tiveram essas necessidades atendidas de maneira satisfatória podem sentir-se rejeitados e desenvolverem expectativas de que suas necessidades de segurança, carinho, pertencimento (ou afiliação), dentre outras, não serão adequadamente

atendidas em seus relacionamentos correntes, e assim, podem estruturar os seguintes tipos de esquemas desadaptativos:

**Privação Emocional:** pessoas com este esquema têm expectativas de que seu desejo de conexão emocional, ou apoio emocional (empatia por parte dos cuidadores) não serão satisfeitos adequadamente pelos outros significativos.

**Abandono:** que envolve a percepção de instabilidade no vínculo com indivíduos importantes, em função das pessoas com quem poderia se relacionar serem instáveis e pouco exitosas em construir uma relação de confiança.

**Desconfiança/Abuso:** pessoas com este esquema possuem a convicção e expectativa de que, tendo oportunidade, outras pessoas irão usá-las, enganá-las, magoá-las ou manipulá-las para fins egoístas. Geralmente envolve a percepção ou sensação de que o prejuízo é intencional, ou resultado de negligência injustificada.

**Isolamento Social:** este esquema consiste no sentimento de ser diferente ou de não se adequar ao mundo social mais amplo, fora da família, de estar isolado do resto do mundo. Pessoas com este esquema na maioria das vezes sentem-se não pertencentes a qualquer grupo ou comunidade.

**Defectividade/Vergonha:** caracteriza-se pelo sentimento de que se é defeitivo (imperfeito, falho, ruim, mau, inferior, indesejado, etc.) e que por esta razão não é digno de receber amor de outros, caso as demais pessoas percebam estes “defeitos” que o indivíduo acredita possuir. O esquema pode envolver uma sensação de vergonha com relação aos próprios defeitos

percebidos; e hipersensibilidade à crítica, à rejeição e a constrangimentos, de modo que o indivíduo não se sente seguro ao estar com outras pessoas.

De acordo com Young (2003), circunstâncias que envolvem desconexão e rejeição podem acontecer quando os pais morrem, ou saem de casa permanentemente, ou quando se ausentam frequentemente durante os primeiros anos da criança. A rejeição desenvolve-se quando as crianças são repetidamente criticadas pelos pais, quando sentem que não são desejadas ou quando são ignoradas pelos pais. Já a desconexão se faz presente quando a criança é abusada, enganada ou exposta a mentiras por parte dos pais ou outros significativos. Esses esquemas também podem desenvolver-se quando as crianças carecem de certas qualidades consideradas extremamente desejáveis de atratividade social para o sexo oposto, ou quando elas não têm interesses tradicionalmente ligados ao seu gênero.

## **II. Autonomia e Desempenho Prejudicados**

Nesta categoria de esquemas, a necessidade emocional básica não atendida relaciona-se a autonomia e a competência. Young (2003) explica que autonomia é o sentimento de poder funcionar no mundo de maneira independente. Pessoas com um senso de autonomia e competência satisfatoriamente desenvolvido estabelecem um juízo de identidade individual e aprendem a se separar da família, conservando dentro de si uma noção de integridade e controle diante das situações. Além disso, acreditam que seu ambiente é relativamente seguro e por isso, não se tornam hipervigilantes a potenciais ameaças.

Deste modo, quando os pais ou cuidadores são erráticos em proporcionar um ambiente que instile autonomia, as pessoas acabam criando expectativas negativas sobre si e sobre o mundo que impactam em sua capacidade de separar-se do grupo familiar e funcionar



independentemente. Os esquemas que podem ser estruturados nessas condições são os seguintes:

**Fracasso:** envolve a crença de que o fracasso é inevitável em áreas de atividade (como estudos, esportes, trabalho) e a crença na própria inadequação em termos de conquistas e de realizações nessas atividades, quase sempre *em comparação* com outras pessoas que as realizam. Em muitos casos, envolve a crença de ser burra, inapta, sem talento, ignorante, de ter menos *status* e sucesso do que os demais.

**Dependência/Incompetência:** pessoas com este esquema sentem-se incapazes de dar conta das responsabilidades cotidianas, de forma competente, sem ajuda substancial de terceiros. Deste modo, o esquema apresenta-se como desamparo, passividade e impotência generalizada.

**Vulnerabilidade ao Dano:** é o medo exagerado de que uma catástrofe iminente possa ocorrer a qualquer momento e de que não será capaz de enfrentá-la ou impedi-la.

**Emaranhamento/Self Subdesenvolvido:** indivíduos com esse esquema demonstram envolvimento emocional e intimidade em excesso com uma ou mais pessoas importantes (muitas vezes, os pais), e acreditam que não conseguiriam funcionar bem, sobreviver, sem o apoio constante de outras pessoas. Em razão disso, experimentam dificuldade em construir um claro senso de identidade, e conseqüentemente, não se desenvolvem satisfatoriamente em outras esferas da vida, de modo que a dependência é mantida.

Estes esquemas frequentemente surgem quando os pais superprotegem os filhos, e continuamente chamam a atenção da criança para os riscos presentes nas situações, de maneira exagerada. Problemas de autonomia podem surgir quando as crianças observam os pais preocupando-se incessantemente e sem necessidade. Assim como quando não é dada a elas a oportunidade de realizar tarefas por si mesmas, sem a supervisão constante do cuidador – de tal modo que muitos pais intervêm quando os filhos demonstram o mínimo de dificuldade diante de alguma tarefa. O oposto também pode acarretar problemas, pois quando as crianças raramente são ajudadas a fazer alguma coisa e recebem pouca orientação ou direção, podem não desenvolver um senso de autonomia e independência (Young, 2003).

### **III. Limites Prejudicados**

Limites realistas ou adequados referem-se à capacidade de disciplinar-se, de controlar os próprios impulsos e de levar em consideração as necessidades dos outros, tudo isso num grau apropriado. Os indivíduos com estes esquemas não desenvolveram limites internos adequados e podem ter dificuldade em respeitar os direitos dos outros, cooperarem, manter compromissos ou cumprir metas de longo prazo. Além disso, têm dificuldade em manter autocontrole, tolerar a frustração, e em regular a expressão de seus impulsos e emoções. Em razão disso, geralmente apresentam-se como pessoas egoístas, mimadas, irresponsáveis, ou dito de outro modo, narcisistas (Young, 2003).

A família de origem pode ser caracterizada como permissiva e indulgente, e pouco provedora de supervisão e orientação adequadas, especialmente no que se refere à ideia de que os relacionamentos envolvem compartilhamento e reciprocidade (Young, 2003).

Estão agrupados neste domínio os esquemas descritos a seguir:

**Merecimento / Grandiosidade:** envolve a crença de ser superior às demais pessoas, de merecer direitos e privilégios especiais, ou de não ter de obedecer às regras e convenções de reciprocidade que orientam as interações sociais. Às vezes, inclui excessiva competitividade ou dominação em relação aos outros, na tentativa de afirmar o próprio poder, obrigar os demais a terem o mesmo ponto de vista, ou controlar lhes o comportamento de acordo com os próprios desejos, sem empatia ou preocupação com as necessidades ou sentimentos alheios.

**Autocontrole/ Autodisciplina Insuficientes:** pessoas com este esquema experimentam dificuldade ou recusa em exercitar suficiente autocontrole e tolerância à frustração ao buscar realizar objetivos pessoais; ou de restringir a expressão excessiva das emoções e impulsos. Em sua forma mais branda, o indivíduo constantemente evita o desconforto, à custa da realização pessoal, comprometimento ou integridade.

#### **IV. Orientação para o Outro**

Segundo Young (2003), é importante para o desenvolvimento pleno de um indivíduo, que ele aprenda, desde a tenra idade a expressar suas necessidades e emoções, sem um medo indevido de represálias por parte das demais pessoas, ou culpa por estar externando o que pensa, anseia e sente. Para que isso aconteça, o indivíduo precisa de um ambiente familiar que o encoraje a expressar adequadamente seus desejos sem restrições inapropriadas, punições ou suspensão do cuidado.

Entretanto esse ambiente positivo pode não ser assegurado, especialmente quando a família de origem constantemente oferece atenção e amor de maneira condicional, de modo que o sujeito deva suprimir características do próprio self para conseguir amor, atenção e aprovação. Neste contexto, os desejos e necessidades dos pais ou o status social são quase

sempre, mais valorizados do que os sentimentos e necessidades de seus membros (Young, 2003).

Exposto a essa conjunção de fatores, o indivíduo aprende a dedicar-se de forma excessiva ao atendimento de desejos, necessidades e vontades de outras pessoas em detrimento de suas próprias. Faz isto principalmente para conseguir aprovação, evitar retaliações, e obter amor, sendo muito comum a supressão das emoções – em especial da raiva – de suas tendências naturais ou vontades. A pessoa pode tornar-se boa demais em se conformar às expectativas alheias (Young, 2003). Embora isso não signifique que ela intimamente não tenha aspirações.

Deste modo, na interação com os outros se concentra nas solicitações destes, conferindo-lhes demasiadamente o controle ao longo das situações. O esquema o leva a interpretar seus desejos e necessidades como inválidos ou menos importantes. Tal subjugação conduz a comportamentos desadaptativos como explosões de descontrole, sintomas psicossomáticos e distanciamento afetivo.

Os esquemas que podem ser estruturados neste contexto são os seguintes:

**Subjugação:** de modo geral, este esquema envolve a excessiva submissão ao controle dos outros por sentir-se coagido (normalmente para evitar a raiva, retaliação ou abandono). Compreende também a percepção de que os próprios desejos, opiniões e sentimentos não são importantes para os outros. Comumente apresenta-se como obediência excessiva, avidez em agradar, e hipersensibilidade a sentir-se encurralado. Costuma levar ao aumento da raiva, manifestada em sintomas disfuncionais como comportamento passivo-agressivo e explosões de raiva.

**Auto Sacrifício:** envolve a focalização excessiva no cumprimento voluntário das necessidades alheias à custa da própria gratificação. Isso resulta de uma sensibilidade intensa ao sofrimento de terceiros, com vistas a poupar os outros de sofrimentos, evitar a culpa por sentir-se egoísta, ou ainda, manter uma relação com alguém que considera carente (co-dependência). Além disso, o esquema traz a sensação de que as próprias necessidades não estão sendo atendidas, que é um fator gerador de ressentimento em relação àqueles que estão sendo cuidados.

**Busca de Aprovação/Busca de Reconhecimento:** caracteriza-se por um foco exagerado na obtenção de aprovação, reconhecimento de outras pessoas, em detrimento de um senso de self seguro e genuíno. Deste modo, o senso de autoestima fica condicionado às reações alheias, tornando o indivíduo hipersensível aos mínimos indícios de rejeição. O esquema ainda envolve ênfase desmedida em status, boa aparência, e realizações, como formas de se obter aprovação, admiração ou atenção.

## **V. Supervigilância e Inibição.**

Conforme explica Young (2003), as crianças precisam ser estimuladas a expressar sentimentos, impulsos e escolhas com espontaneidade, de modo que não é saudável estarem constantemente vigiando-se para não cometer erros ou cumprir regras e expectativas rígidas.

Contudo, há casos em que o grupo familiar de origem apresenta-se como severo e punitivo em relação ao cumprimento de regras rigidamente estabelecidas. Nesse contexto familiar o desempenho, o dever, o perfeccionismo, a obediência e a evitação de erros sobrepõem-se ao prazer, à alegria e ao relaxamento. Diante disso, a vida perde possíveis

conotações de alegria e passa a caracterizar-se apenas por preocupação e pessimismo (Young, 2003).

Como consequência os indivíduos com esquemas deste domínio desenvolvem a crença de que se não forem hipervigilantes coisas ruins, extremamente desagregadoras, poderão acontecer. Além disso, desconsideram seus sentimentos e impulsos espontâneos enquanto cumprem regras rígidas internalizadas ligadas ao seu desempenho, à custa de sua felicidade, auto-expressão (mesmo de emoções positivas, como alegria e contentamento, por exemplo), relaxamento, relacionamentos íntimos e de sua saúde.

Os esquemas presentes neste domínio são:

**Negatividade/Vulnerabilidade ao Erro:** focalização generalizada e permanente em aspectos negativos da vida – como sofrimento, morte, perda, decepção, conflito, traição, culpa, ressentimento, problemas não resolvidos, erros potenciais, traições, algo que pode dar errado – enquanto se minimizam ou negligenciam os aspectos positivos ou otimistas. Inclui a expectativa exagerada de que algo acabará por dar muito errado, numa faixa ampla de situações profissionais, financeiras ou interpessoais. Uma vez que os possíveis resultados negativos são exagerados, pessoas com esse esquema são, em geral, caracterizadas por preocupação, vigilância, queixas ou indecisão crônica.

**Inibição Emocional:** relaciona-se à inibição excessiva da ação, dos sentimentos ou das comunicações espontâneas, normalmente para evitar a desaprovação dos outros, os sentimentos de vergonha ou a perda de controle sobre os impulsos. Pessoas com este esquema comumente inibem: impulsos como raiva e agressão; os impulsos positivos (como alegria, afeto e excitação sexual, p. e.); a expressão de vulnerabilidades e da comunicação sobre os

próprios sentimentos e necessidades. Ao mesmo tempo, enfatizam excessivamente a racionalidade enquanto desconsideram as emoções.

**Padrões Inflexíveis/Crítica Exagerada:** é a sensação de que se deve despende um grande esforço para atingir elevados padrões internalizados de comportamento e desempenho, com vistas a evitar críticas, desaprovação ou vergonha. Costuma resultar em sentimentos de pressão ou em crítica exageradas em relação a si e aos outros. Tais padrões inflexíveis geralmente apresentam-se como perfeccionismo e regras rígidas e “deveres” em muitas áreas, incluindo preceitos morais, éticos, culturais e religiosos muito elevados.

**Caráter Punitivo:** esquema definido pela crença de que as pessoas devem ser severamente punidas por cometerem erros. Envolve ainda a tendência a uma atitude zangada, intolerante, punitiva e impaciente com pessoas (inclusive si mesmas) que não estão à altura das expectativas ou dos padrões pessoais. Pode incluir dificuldade em perdoar erros próprios ou alheios, por uma relutância em considerar circunstâncias atenuantes, admitir a imperfeição humana ou experimentar empatia.

Tendo apresentado quais são os domínios e os esquemas propostos por Young em sua abordagem, é importante fazer um último adendo. Como foi dito, essa teoria foi desenvolvida para intervenção junto à pacientes com transtornos de personalidade ou com transtornos de eixo I, mas que apresentam questões caracterológicas influenciando tais transtornos. Em virtude disso, quando temos contato com essa teoria, podemos pensar que apenas pessoas vivenciando sofrimento psicológico possuem esquemas disfuncionais ativos.

Recentemente, em seu livro “*Terapia do Esquema*”, de 2008, Young propôs novas ideias no intuito de ampliar e refinar sua própria teoria. Para tanto, ele introduziu o conceito de **Modos de Operação de Esquemas**.

Um modo de esquema pode ser entendido como os esquemas e respostas de enfrentamento, adaptativas *ou* desadaptativas, que estão ativos no indivíduo num dado momento (Young et al., 2008). Como vimos, há pelo menos dezoito esquemas e três estilos de enfrentamento. Tais esquemas e formas de enfrentamento podem “estar” combinados em diferentes Modos de Esquema, ativados em determinadas situações, em relação às quais, certas as pessoas podem ser mais sensíveis. Em outras palavras, uma pessoa pode passar de um modo de esquema a outro, e quando esta alternância ocorre, diferentes esquemas ou respostas de enfrentamento antes latentes, são ativados.

Segundo Young et al. (2008), um modo de esquema *disfuncional* é ativado quando esquemas desadaptativos ou respostas de enfrentamento específicas irrompem em forma de emoções desagradáveis, respostas de evitação ou comportamentos auto derrotistas, que assumem o controle do funcionamento do indivíduo. Visto de outra maneira, um modo de esquema *disfuncional* é uma faceta do self com esquemas ou operações de esquemas específicos que não foi totalmente integrada a outras facetas. Segundo essa perspectiva, os modos de esquema podem caracterizar-se pelo grau em que um determinado estado provocado por esquemas se tornou dissociado, ou desconectado do indivíduo. Um modo de esquema disfuncional, portanto, é uma parte do self desconectada em algum nível de outros aspectos do self.

Por outro lado, um indivíduo psicologicamente saudável tem modos reconhecíveis (e que são modos funcionais), mas o sentido de um self unificado permanece intacto. Os modos tidos como normais, são menos dissociados, menos rígidos, e mais flexíveis e abertos a



mudança do que os modos de indivíduos com problemas caracterológicos graves. Em termos piagetianos, mais propensos à acomodação em resposta à realidade (Young et al., 2008).

Essa noção de modos, embora pareça complicada, é importante, pois podemos a partir dela, considerar a teoria dos esquemas não somente para a população clínica, uma vez que, mesmo pessoas que não estejam passando por episódios de sofrimento psicológico, em função das circunstâncias ou eventos experimentados no dia a dia, podem ter esquemas disfuncionais ativos, mas que são mais flexíveis e para os quais os estilos de enfrentamento empregados são mais funcionais e eficazes.

## **5. OBJETIVOS**

### **5.1. Objetivo Geral**

Esta pesquisa teve como objetivo geral analisar a relação entre a intensidade dos esquemas iniciais desadaptativos e a disposição para perdoar em situações específicas, em uma amostra não clínica de indivíduos adultos, com idade entre 18 e 43 anos.

### **5.2. Objetivos Específicos**

Os objetivos específicos desta pesquisa foram verificar:

1. Os graus ou intensidades do perdão interpessoal dos participantes.
2. As intensidades da expressão do perdão medidas pelas subescalas de comportamento, afeto e julgamento.
3. A intensidade dos Esquemas Iniciais Desadaptativos (EIDs) individualmente e agrupados em domínios.
4. Correlações entre a EFI e o Questionário de Esquemas Young (YSQ).
5. Correlações entre a EFI e a medida de desejabilidade social.
6. Diferenças de desempenho nas escalas (EFI e YSQ) em função do sexo dos participantes.

## 6. MÉTODO

Antes da execução deste trabalho, o mesmo foi submetido à avaliação pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal de Uberlândia, tendo sido aprovado, conforme pode ser verificado no documento em anexo (**Anexo A**).

### 6.1. Participantes

Participaram deste estudo 41 pessoas, com idade média de 27,8 anos ( $DP = 4,86$ ), sendo que o participante mais novo possuía 21 anos e o sujeito mais velho possuía 43 anos. Setenta e oito por cento da amostra ( $n = 32$ ) incluiu-se numa faixa etária entre os 21 e 30 anos.

A maior parte da amostra (63%) foi composta por mulheres ( $n = 26$ ), com média de idade de 28 anos ( $DP = 5$ ). Os homens compuseram os demais 37% da amostra ( $n = 15$ ), com idade média de 27,7 anos ( $DP = 4,7$ ).

Em se tratando do nível de escolaridade, 84% dos sujeitos possuíam ensino superior completo ( $n = 34$ ), 14% possuíam ensino superior incompleto ( $n = 6$ ), havendo somente um participante com segundo grau completo, que fez apenas 2% da amostra.

Quanto à religião, 37% dos participantes declararam-se Católicos ( $n = 15$ ), 29% declararam-se Espíritas ( $n = 12$ ), 19% declararam não ter uma religião específica ( $n = 8$ ), 10% declararam-se Evangélicos ( $n = 4$ ), e 5% dos participantes disseram possuir uma espiritualidade independente de religião ( $n = 2$ ).

## 6.2. Instrumentos

Foram utilizados três instrumentos de avaliação para mensurar as variáveis deste estudo – duas escalas e um questionário– que serão apresentados a seguir.

### 6.2.1. Escala de Atitudes para o Perdão (Enright & Rique, 2001) – Anexo B.

O EFI (*Enright Forgiveness Inventory*), ou Escala de Atitudes para o Perdão como é conhecido o instrumento aqui no Brasil, é um inventário para mensurar o grau no qual uma pessoa perdoa outra após sofrer uma ofensa, ou seja, a intensidade do perdão. Foi criado por Robert Enright e o Grupo de Estudos sobre Desenvolvimento Humano na Universidade de Madison-Wisconsin (Subkoviak et al., 1995) e validada para o Brasil em 1999, pelo Professor Dr. Júlio Rique Neto, docente da Universidade Federal da Paraíba.

O inventário é composto de duas partes, consistindo a primeira de um questionário de informações sobre o participante e a mágoa sofrida. Inicialmente, o participante relata brevemente uma experiência na qual uma pessoa o tenha magoado injustamente. É então solicitado ao participante que visualize o momento da mágoa, e focalize a atenção na pessoa que o magoou e que de alguma maneira volte à experiência e ao momento da transgressão. Nesse primeiro momento, a escala é composta por perguntas que visam coletar as seguintes informações:

- **Grau da ofensa:** Uma escala *Likert* de cinco pontos (1 = nenhuma mágoa / 5 = tremendamente magoado) sobre a intensidade da mágoa;
- **Agente da ofensa:** Onde se pergunta: “Quem foi a pessoa que lhe magoou?”, e as possibilidades oferecidas são: filho(a), cônjuge, parente, amigo do mesmo sexo, amigo do sexo oposto, patrão, outros (pedindo ao participante que especifique quem é o outro);

- **Condição do agente da ofensa:** que consiste na seguinte pergunta: “Essa pessoa está viva? (Sim ou Não)”;
- **Há quanto tempo a ofensa ocorreu:** dias, semanas, meses, ou anos;
- **Descrição da ofensa:** esta é a questão final da primeira parte, na qual se pede ao participante que descreva brevemente a ofensa.

A segunda parte compõe-se de 60 itens objetivos, divididos em três subescalas: Afeto, Comportamento e Julgamento (Cognições ou Pensamentos) sobre perdão. Cada subescala é composta de 10 itens (ou descritores) positivos e 10 negativos que foram randomicamente colocados na sequência de apresentação. A sequência de subescalas (Afeto, Comportamento e Julgamento) também foi ordenada randomicamente durante a construção do instrumento.

Para cada subescala, o participante encontra instruções no sentido de concentrar sua atenção na ofensa e nas emoções atuais em relação ao ofensor, no comportamento atual em relação ao ofensor e nos julgamentos atuais para com o ofensor. Uma orientação mais específica é fornecida através de uma pergunta com resposta incompleta para cada escala.

Para cada item, o participante deve marcar sua resposta em uma escala *likert*, em que 1 indica forte discordância, e 6 indica forte concordância. O escore final de cada subescala vai de 20 (baixo) a 120 (alto) pontos. Já o escore final da EFI, obtido pelo somatório dos escores nas subescalas, vai de 60 (baixo grau de perdão) a 360 (alto grau de perdão).

Em relação à correção da escala, Enright e Rique (2001) chamam atenção para que, antes de se ser efetuada a soma dos escores das subescalas, seja feita a inversão dos escores atribuídos pelos participantes a todos os descritores negativos das subescalas de afeto, comportamento e julgamento. Deste modo, se o participante pontuou determinado item negativo com um escore 6, o valor nesse item deve ser invertido para 1; se o escore atribuído for 5, o valor do item deve ser invertido para 2, e assim por diante.

Além disso, segundo Rique et al. (2007), os itens positivos devem ser entendidos como “presença de julgamentos, comportamentos e sentimentos positivos para com o ofensor”. Os itens negativos devem ser entendidos como “ausência de julgamentos, comportamentos e sentimentos negativos para com o ofensor”.

Abaixo, alguns exemplos de itens para as três subescalas:

- **Afeto:** “*Eu sinto \_\_\_\_\_ em relação à pessoa que me magoou*”.  
**Afetos Positivos:** Bondade, Cuidado, Carinho, etc.  
**Afetos Negativos:** Repulsa, Hostilidade, Ressentimento, etc.
- **Comportamento:** “*Com relação à pessoa que me magoou, os meus comportamentos são ou poderiam ser \_\_\_\_\_*”.  
**Comportamentos Positivos:** Mostrar amizade, Ajudar, Ter consideração, etc.  
**Comportamentos Negativos:** Evitar, Ignorar, Negligenciar, etc.
- **Julgamentos (Cognições):** “*Eu penso que ele(a) é \_\_\_\_\_*”.  
**Julgamentos Positivos:** Afetuoso, Uma boa pessoa, Merecedor de respeito, etc.  
**Julgamentos Negativos:** Depravado, Fraco, Uma pessoa difícil, etc.

Após as três subescalas, são apresentados cinco itens adicionais para medir “pseudoperdão”, que é uma medida, que embora não seja incluída no escore total da EFI, revela uma possível negação de que houve uma mágoa sofrida (“*Pensando bem, eu agora vejo que não houve nenhum problema*”), ou que o perdão é usado como um instrumento da justiça (“*O que a pessoa fez foi justo*”). Um escore de 20 ou mais nesses cinco itens sugere que o participante está engajado em algo mais do que exatamente perdão, e, portanto, seus dados devem ser excluídos das análises.

Além disso, após ter completado o EFI, o participante é convidado a responder uma questão final (“Até que ponto você perdoou a pessoa que você avaliou na Escala de

Atitude?"). Esta é uma escala independente chamada Item do Perdão (*1-Item Forgiveness Scale*). Nela, a pessoa utiliza uma escala likert de 5 pontos, em que 1 indica que a pessoa não perdoou, e 5 indica que perdoou completamente. Este item pode ser colocado como uma questão do EFI, ou pode ser usado separadamente do inventário, pois é uma medida independente para validade de construto (Enright & Rique, 2001).

Algumas pesquisas (Enright e Fitzgibbons, 2000) demonstram que o EFI possui um nível elevado de consistência interna (Alfa de Cronbach de 0.98) para amostras no Brasil e nos Estados Unidos. Também se encontraram correlações positivas de 0.74 (em amostras brasileiras) e 0.68 (em amostras americanas) com uma escala independente: Item do Perdão (Rique, 1999, Subkoviak et al., 1995); e 0.84 (Sarinopoulos, 1996) com uma escala equivalente sobre o perdão interpessoal: a Escala de Wade (1989). O EFI também demonstra correlações negativas com medidas de ansiedade e depressão em amostras brasileiras e americanas (Enright e Fitzgibbons, 2000, Rique, 1999).

### **6.2.2. Escala de Desejabilidade Social de Crowne-Marlowe (Ribas, Moura, & Hutz, 2004) – Anexo C.**

A desejabilidade social reflete uma propensão por parte das pessoas a dar respostas consideradas como socialmente mais aceitáveis e a negar associação pessoal com opiniões ou comportamentos considerados socialmente desabonadores. Essa tendência pode colocar em risco a validade de qualquer pesquisa envolvendo a variável perdão e deve, portanto, ser controlada.

Em função disso, utilizou-se a Escala de Desejabilidade Social de Crowne-Marlowe (MC-SDS), que é uma das escalas mais empregadas para avaliar a desejabilidade social na atualidade, tendo sido traduzida e adaptada para a população brasileira. É composta por 33

afirmações que devem ser julgadas como verdadeiras ou falsas. Para cada afirmação (p.e. “*Eu não tenho dúvidas de fazer qualquer coisa para ajudar alguém em dificuldades*”; “*Às vezes eu me ressinto quando não consigo fazer o que eu quero*”; “*Às vezes, em lugar de perdoar e esquecer, eu procuro me vingar*”; “*Às vezes eu penso que quando acontece uma coisa ruim com as pessoas é porque elas mereceram*”; dentre outras) o participante é convidado a responder Verdadeiro (0) ou Falso (1). O escore total pode variar de 0 a 33. Segundo Ribas, Moura, e Hutz (2004), a consistência interna do instrumento é adequada, com *Alpha* de Cronbach de 0.79, para amostras brasileiras.

### **6.2.3. Questionário de Esquemas de Young – Forma Breve (Cazassa, 2007) – Anexo D.**

Este questionário permite avaliar a presença e intensidade de 15 Esquemas Iniciais Desadaptativos (EIDs) dos dezoito propostos por Young (2003). É constituído por 75 afirmativas, que devem ser avaliadas de acordo com a veracidade da afirmação para o indivíduo. Para tanto, o participante utiliza uma escala tipo *Likert* de seis pontos, em que 1 significa “Não me descreve de modo algum” e 6 significa “Me descreve perfeitamente”. O resultado de tal questionário possibilita identificar a presença e intensidade dos 15 EIDs, que podem ser agrupados em cinco grandes domínios. A seguir, alguns exemplos de afirmativas apresentadas no instrumento, para avaliar cada esquema, em seus respectivos domínios.

#### **DESCONEXÃO E REJEIÇÃO**

**Privação Emocional:** “*A maior parte do tempo, não tenho ninguém para me dar carinho, compartilhar comigo e se importar profundamente com o que me acontece*”;



**Abandono:** *“Quando sinto que alguém com quem eu me importo está se afastando, fico desesperado(a)”;*

**Desconfiança/Abuso:** *“Sinto que não posso baixar a guarda na presença dos outros, pois eles me prejudicariam intencionalmente”;*

**Isolamento Social:** *“Sempre me sinto excluído(a) dos grupos.”;*

**Defectividade/Vergonha:** *“Sinto que não mereço ser amado(a).”.*

#### AUTONOMIA E DESEMPENHO PREJUDICADOS

**Fracasso:** *“Sou incompetente no que se refere a realizações.”;*

**Dependência/Incompetência:** *“Penso em mim como uma pessoa dependente, no que se refere ao funcionamento cotidiano.”;*

**Vulnerabilidade ao Dano:** *“Não consigo deixar de sentir que algo ruim vai acontecer.”;*

**Emaranhamento:** *“Muitas vezes, sinto que não tenho uma identidade separada da de meus pais ou parceiro(a).”.*

#### LIMITES PREJUDICADOS

**Merecimento:** *“Sou especial e não deveria ter que aceitar muitas das restrições impostas às outras pessoas.”;*

**Autocontrole e Autodisciplina Insuficientes:** *“Não consigo me obrigar a fazer coisas de que não gosto, mesmo sabendo que é para meu próprio bem.”.*

#### ORIENTAÇÃO PARA O OUTRO

**Subjugação:** *“Sinto que não tenho escolha além de ceder ao desejo das pessoas, ou elas vão me rejeitar ou me retaliar de alguma maneira.”;*

**Auto Sacrifício:** *“Sou aquele(a) que geralmente acaba cuidando das pessoas de quem sou próximo(a).”*.

## SUPERVIGILÂNCIA E INIBIÇÃO

**Inibição Emocional:** *“Tenho muita vergonha de demonstrar sentimentos positivos em relação aos outros (por exemplo, afeição, sinais de cuidado).”*;

**Padrões Inflexíveis:** *“Não consigo me soltar ou me desculpar por meus erros com facilidade.”*.

Além disso, segundo Cazassa (2007), que realizou um trabalho de validação do questionário de esquemas para uma amostra brasileira, este instrumento apresenta um satisfatório grau de confiabilidade: Alfa de Cronbach de 0.95, para os 75 itens.

### 6.3. Procedimentos

Inicialmente, os participantes foram convidados pelo pesquisador a participar da pesquisa. Para aqueles que concordaram, um horário foi agendado para que comparecessem às dependências do Laboratório de Psicologia Experimental do Instituto de Psicologia da UFU, onde foi realizado o procedimento de aplicação dos instrumentos.

Foi apresentado ao participante o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (Anexo E), no qual eram explicados os objetivos da pesquisa, assegurando de que não haveria nenhum prejuízo pessoal para o participante, mencionando ainda que o participante poderia desistir de participar da pesquisa a qualquer momento, se assim desejasse. Depois de assinado o termo de consentimento, o pesquisador apresentou os formulários dos instrumentos (Anexos B, C e D), provendo as devidas instruções, na sequência apresentada a seguir.

Os formulários foram previamente transpostos de forma completa e literal para uma planilha do tipo Excel, e os participantes responderam aos instrumentos no próprio computador, no laboratório de Psicologia Experimental do Instituto de Psicologia. Optou-se por fazer isso no intuito de facilitar a tabulação dos dados das escalas e do questionário. A duração média do procedimento foi de 50 minutos.

#### **6.4. Análise dos Dados**

Após a aplicação dos instrumentos, os dados foram organizados no programa estatístico SPSS (*Statistical Package for Social Science*), no qual receberam os tratamentos estatísticos adequados aos objetivos deste estudo, que compreendeu a estatística descritiva e correlacional.

## **7. RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Com a finalidade de facilitar a leitura e compreensão, nessa seção serão apresentados os principais resultados da pesquisa, juntamente com a discussão dos mesmos, na seguinte ordem:

(7.1) Estatística descritiva geral.

(7.2) Desempenho dos participantes na Escala de Atitudes para o Perdão (EFI).

(7.3) Desempenho dos participantes no Questionário de Esquemas Young (YSQ).

(7.4) Correlações entre a medida de perdão e o questionário de esquemas.

### **7.1. Estatística descritiva geral**

Os dados coletados por meio da Escala de Atitudes para o Perdão (EFI), da Escala de Desejabilidade Social de Crowne-Marlowe e do Questionário de Esquemas Young (YSQ) foram submetidos a estatísticas descritivas a fim de se verificar a normalidade da amostra.

Os resultados indicaram um padrão não normal para alguns dos níveis das variáveis testadas, conforme se pode verificar nas Tabelas 2, 3 e 4. Deste modo, todos os procedimentos estatísticos realizados a partir dos dados foram não paramétricos.

Tabela 2

*Valores de Assimetria para a EFI.*

	<b>Afeto</b>	<b>Comportamento</b>	<b>Julgamento</b>	<b>EFI Total</b>	<b>Item do Perdão</b>
Média	81,3	88,2	96,8	266,4	3,5
Desvio Padrão	26,00	20,76	19,36	60,65	1,28
<b>Assimetria</b>	<b>-0,591</b>	<b>-0,613</b>	<b>-1,618</b>	<b>-0,596</b>	<b>-0,662</b>

*(N = 41)*

Considerando a EFI, os valores de assimetria observados para os escores das subescalas, para o escore total, e para a escala independente Item do Perdão, indicaram uma concentração maior de sujeitos com escores acima da média da amostra, uma vez que os dados são negativamente assimétricos. Inclusive, no caso da subescala Julgamento, o valor da assimetria é particularmente elevado, o que indica um desvio extremo da normalidade. A

**Figura 1** apresenta os histogramas com curvas normais para a EFI.

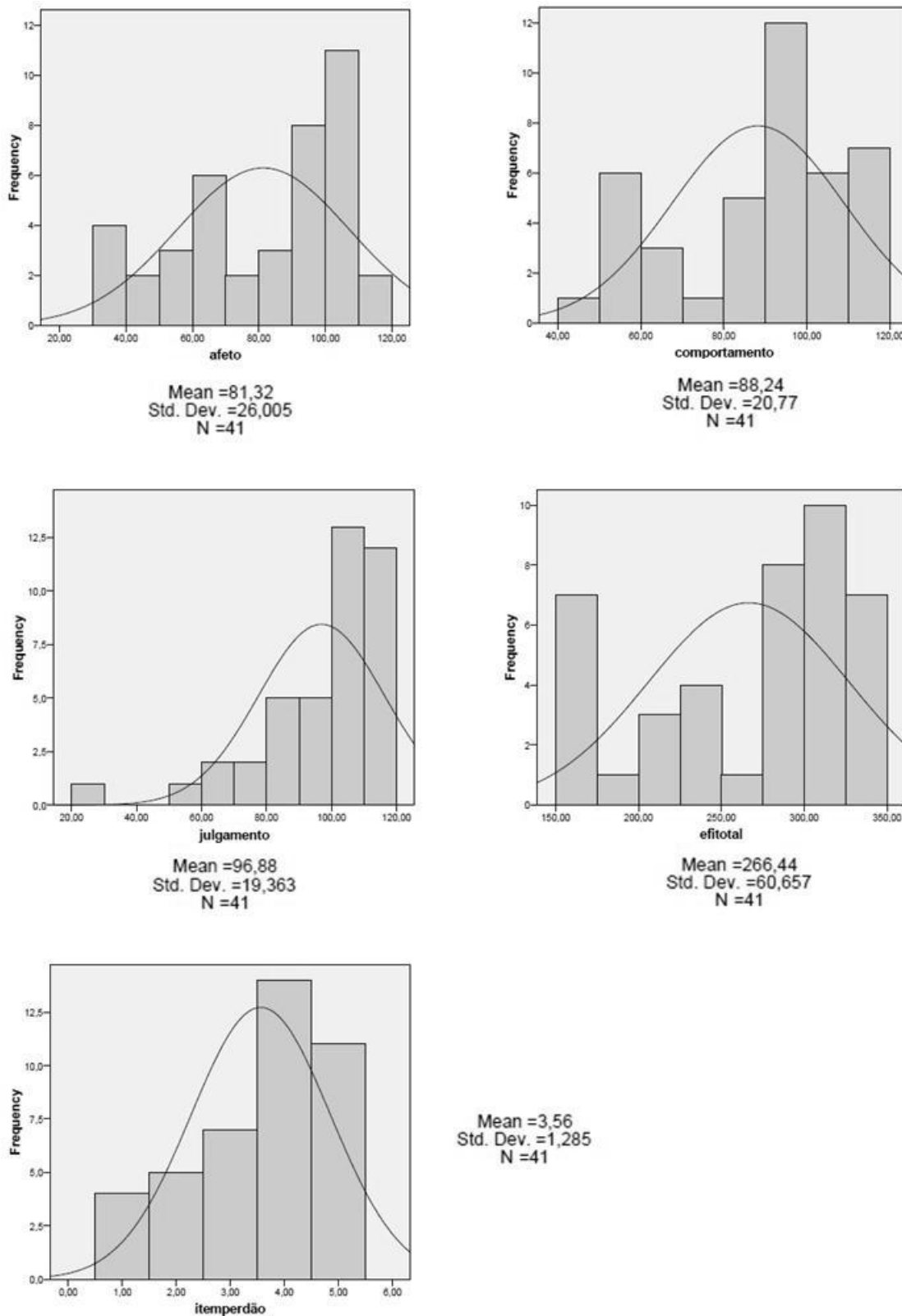


Figura 1. Histogramas com curva normal para as variáveis da EFI

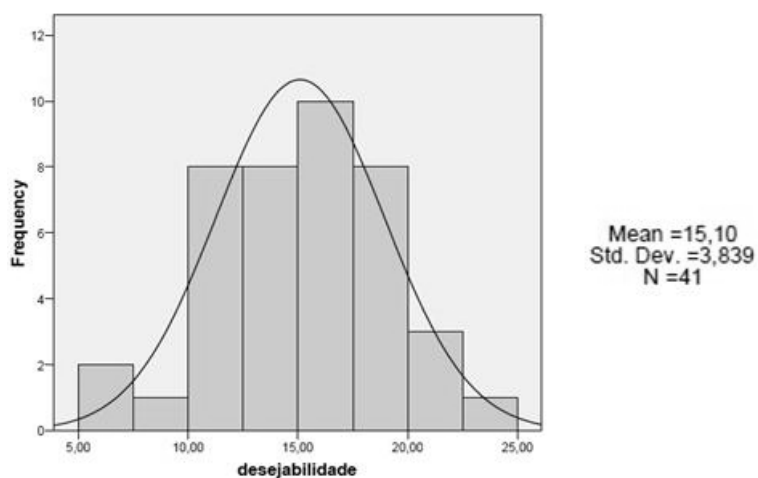
Com relação à Escala de Desejabilidade Social foi verificado um valor negativo de assimetria, conforme pode ser observado na **Tabela 3**, indicando também uma concentração maior de sujeitos com escores maiores que a média da amostra nesta escala. A **Figura 2** traz o histograma com a curva normal referente à escala.

Tabela 3

*Valor de assimetria para a Escala de Desejabilidade Social de Crowne-Marlowe*

<b>Desejabilidade Social</b>	
Média	15,0
Desvio Padrão	3,83
<b>Assimetria</b>	<b>-0,402</b>

(N = 41)



*Figura 2.* Histograma com curva normal para a Escala de Desejabilidade Social de Crowne-Marlowe

Finalmente, como é possível verificar na **Tabela 4**, os dados obtidos por meio do YSQ mostram que apenas o domínio de Supervigilância e Inibição apresentou um valor de assimetria negativo – embora seja um valor muito pequeno (-0,008) – indicando que para este fator havia mais sujeitos com escores superiores à média da amostra.

Os demais domínios e todos os esquemas apresentaram-se positivamente assimétricos, indicando que houve uma concentração maior de participantes com escores inferiores à média amostral, ou seja, para a maior parte dos participantes a intensidade destes domínios e esquemas é menor que a intensidade média apresentada pela amostra.

Especificamente, o domínio da desconexão e rejeição, e os esquemas de privação emocional, desconfiança e abuso, isolamento, defectividade, fracasso, vulnerabilidade, emaranhamento, subjugação, inibição emocional, merecimento e autocontrole insuficiente apresentaram valores de assimetria bastante elevados, indicando um desvio importante da normalidade estatística.

A **Figura 3** traz os histogramas com análise de normalidade para os cinco domínios de esquemas, e as **Figuras 4, 5, 6, 7 e 8**, os histogramas referentes aos Esquemas Iniciais Desadaptativos (EIDs) pertencentes a cada domínio.



Tabela 4

*Valores de assimetria para os esquemas e domínios do YSQ*

	Média	Desvio Padrão	Assimetria
<b>D. Desconexão e Rejeição</b>	44,3	13,09	<b>2,314</b>
<b>D. Autonomia e Desempenhos Prejudicados</b>	31,0	8,26	<b>0,488</b>
<b>D. Orientação para o outro</b>	23,9	6,97	<b>0,091</b>
<b>D. Supervigilância e Inibição</b>	26,2	7,48	<b>-0,008</b>
<b>D. Limites Prejudicados</b>	24,8	6,19	<b>0,742</b>
Privação emocional	8,8	4,97	<b>2,541</b>
Abandono	10,8	4,19	<b>0,709</b>
Desconfiança e abuso	9,5	3,86	<b>1,199</b>
Isolamento	8,9	4,44	<b>2,457</b>
Defectividade	6,2	2,10	<b>2,190</b>
Fracasso	7,4	3,21	<b>1,389</b>
Dependência / Incompetência	6,6	1,88	<b>0,955</b>
Vulnerabilidade	9,0	4,06	<b>2,230</b>
Emaranhamento	7,9	3,19	<b>1,523</b>
Subjugação	8,0	2,95	<b>1,701</b>
Auto Sacrifício	15,8	5,58	<b>0,244</b>
Inibição emocional	9,5	4,72	<b>1,394</b>
Padrões inflexíveis	16,6	5,16	<b>0,078</b>
Merecimento e Grandiosidade	13,1	3,50	<b>1,248</b>
Autocontrole insuficiente	11,6	4,62	<b>1,461</b>

D = Domínio de Esquemas  
(N = 41)

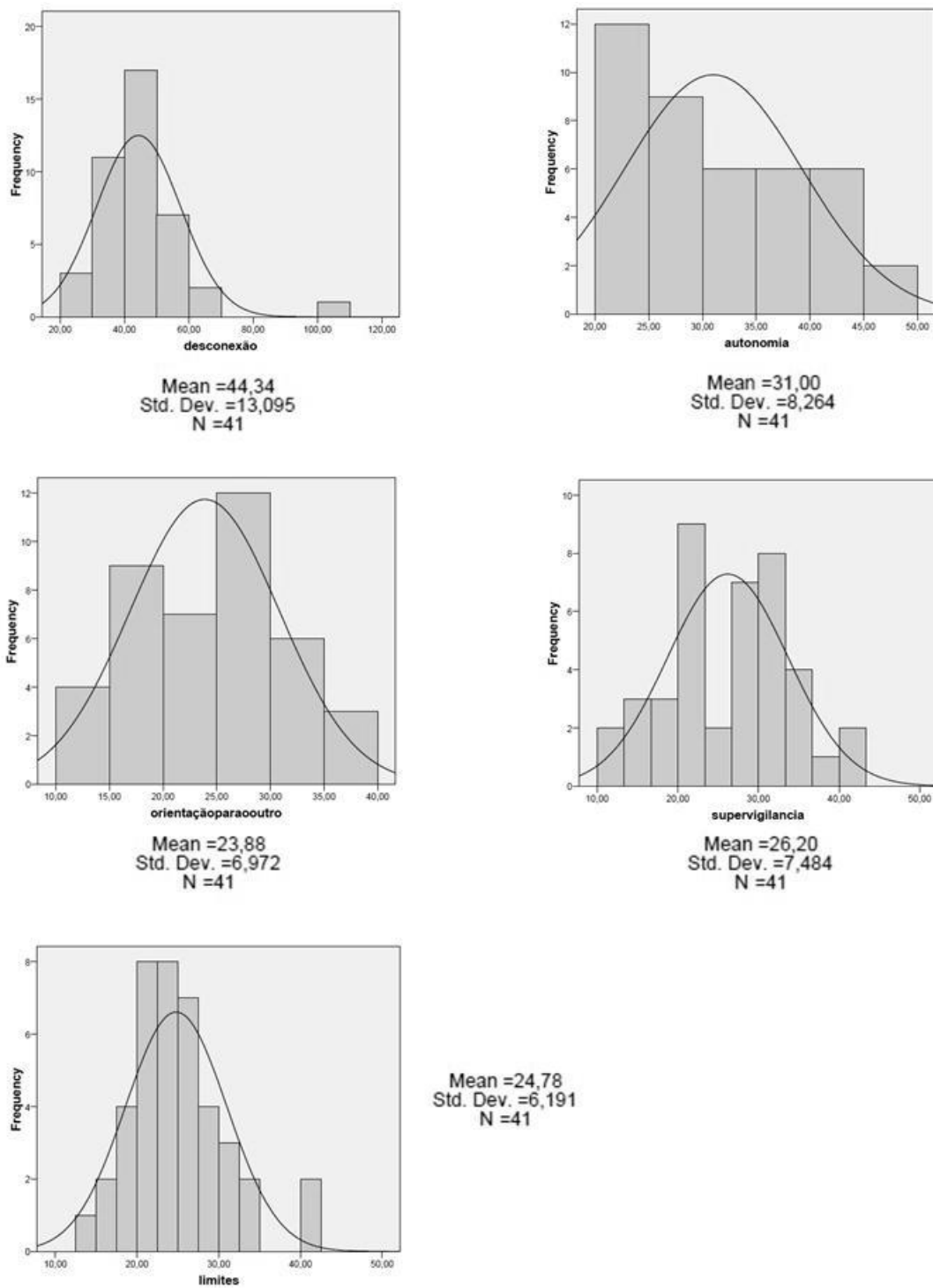


Figura 3. Histogramas com curva normal para os Domínios de Esquemas do YSQ

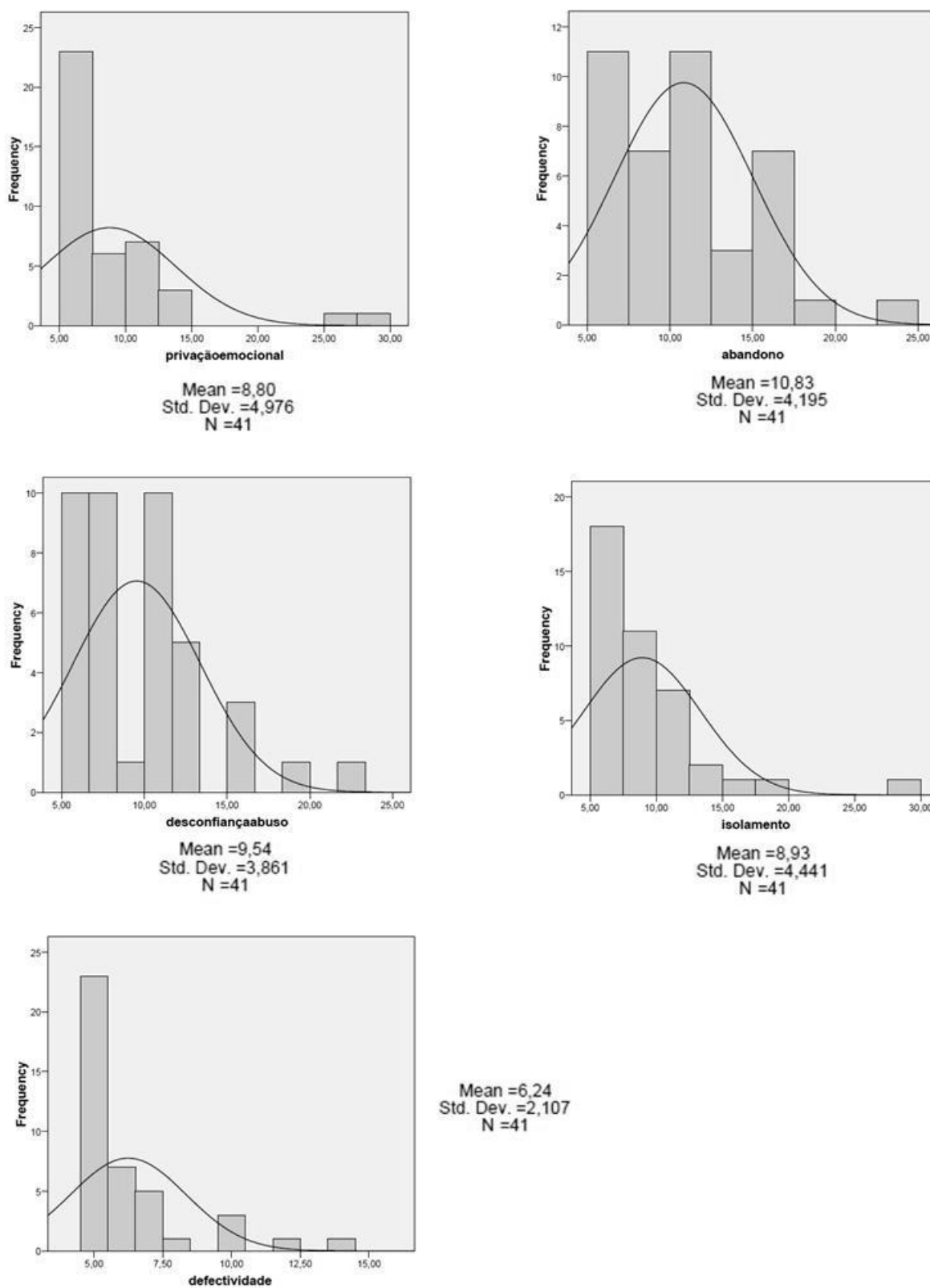
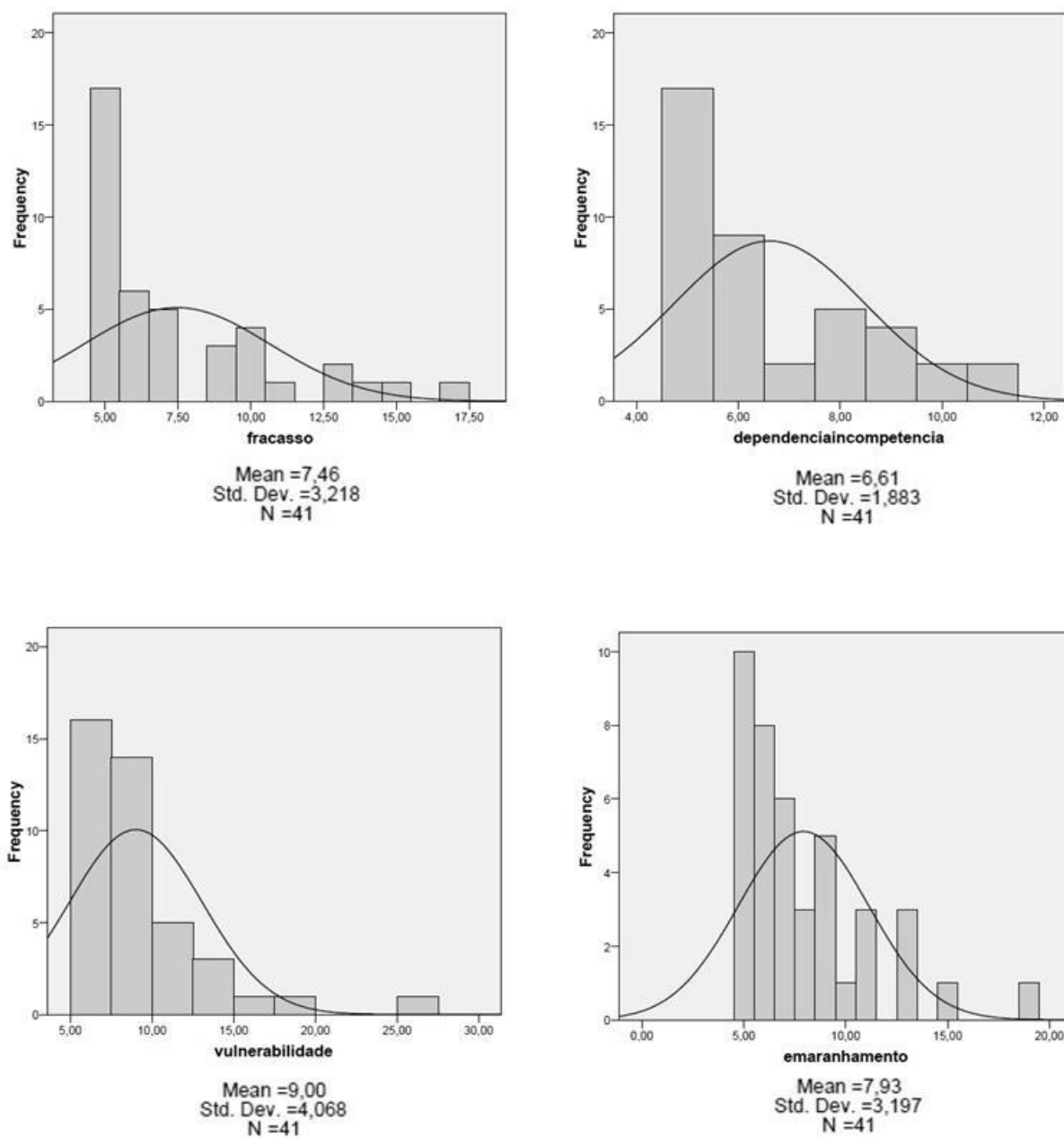


Figura 4. Histogramas com curva normal para os EIDs do Domínio de Desconexão e Rejeição.



*Figura 5.* Histogramas com curva normal para os EIDs do Domínio de Autonomia e Desempenho Prejudicados.

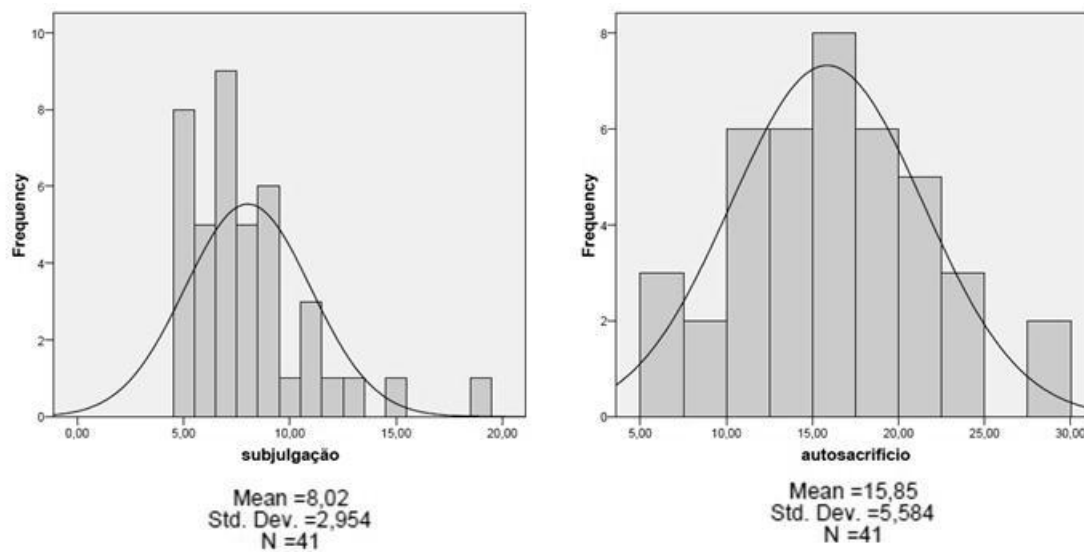


Figura 6. Histogramas com curva normal para os EIDs do Domínio de Orientação para o Outro

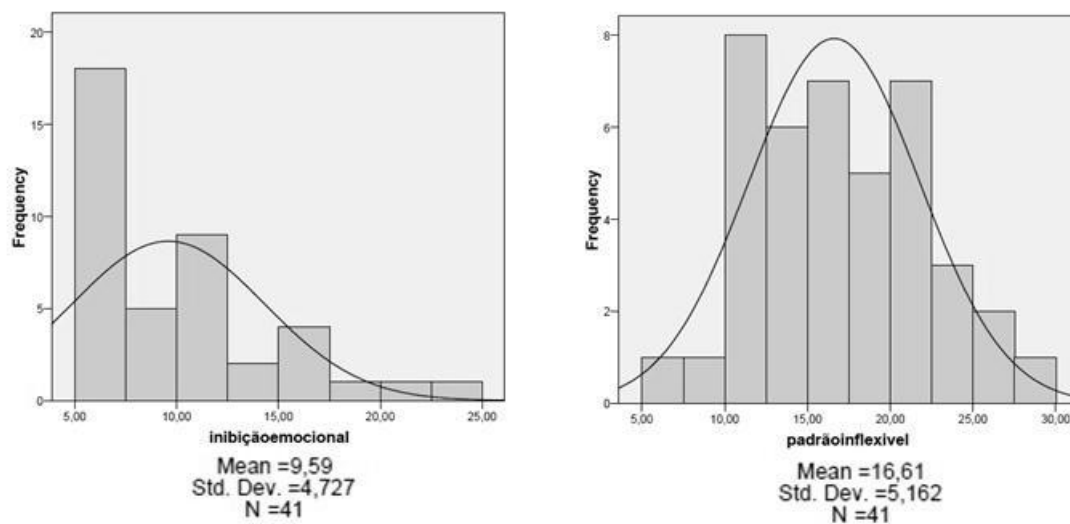


Figura 7. Histogramas com curva normal para os EIDs do Domínio de Supervigilância e Inibição

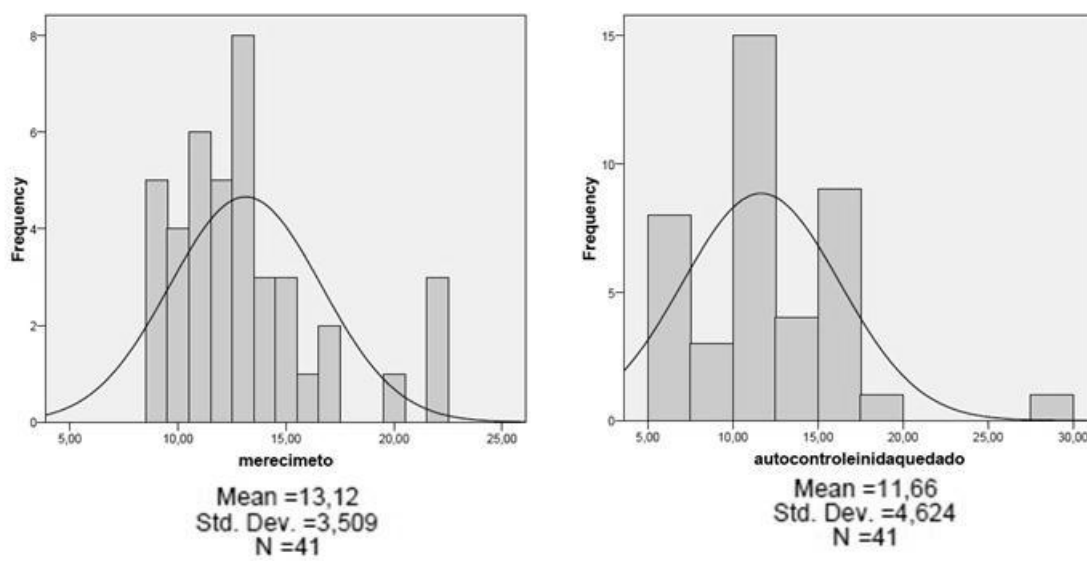


Figura 8. Histogramas com curva normal para os EIDs do Domínio de Limites Prejudicados

## 7.2. Desempenho dos Participantes na Escala de Atitudes para o Perdão (EFI)

### 7.2.1. Análise da parte objetiva da EFI

A correção e a análise dos dados da EFI foram realizadas de acordo com as informações fornecidas pelos autores da escala, tanto no manual do usuário (Enright & Rique, 2001), quanto em artigos em que a escala foi utilizada (Rique et al., 2007; Rique Neto, Camino, Santos & Gouveia, 2009).

Todos os questionários aplicados foram utilizados na análise de dados, uma vez que todos os participantes obtiveram escores menores que 20 pontos nos itens que avaliam pseudoperdão ( $Min = 5$ ;  $Max = 15$ ).

Os escores médios, as medianas, os desvios padrão e a variância dos dados da escala foram calculados e os resultados podem ser observados na Tabela 5.

Tabela 5

*Escores médios, medianas, desvios padrão e variância dos escores obtidos na EFI.*

	<b>Afeto (20-120)</b>	<b>Comp. (20-120)</b>	<b>Julgam. (20-120)</b>	<b>EFI Total (60-360)</b>	<b>Item do Perdão (1-5)</b>	<b>Pseudop. (5-30)</b>
Média	81,3	88,2	96,8	266,4	3,5	7,7
Mediana	92,0	95,0	102,0	293,0	4,0	7,0
Desvio Padrão	26,0	20,76	19,36	60,65	1,28	2,89
Variância	676,3	431,4	374,9	3679,3	1,7	8,4

( $N = 41$ )

Os resultados indicaram que a média do grau de perdão dos participantes foi de 266,43 pontos ( $DP = 60,65$ ), sendo que 61% dos participantes ( $n = 25$ ) reportaram graus de perdão superiores à média amostral.

Considerando os graus de expressão do perdão em termos de afetos, comportamentos e julgamentos em relação ao ofensor, foi possível observar que a subescala de Julgamento obteve as maiores média e mediana ( $M = 96,87$ ;  $Md = 102,0$ ;  $DP = 19,36$ ), seguida da subescala de Comportamento ( $M = 88,24$ ;  $Md = 95,0$ ;  $DP = 88,24$ ), e pela subescala de Afeto ( $M = 81,31$ ;  $Md = 92,0$ ;  $DP = 60,65$ ).

Em relação a estes dados, é interessante mencionar que outros autores (Subkoviak et al., 1995; Sarinopoulos, 1996, 1999) que conduziram estudos com adultos e universitários utilizando a EFI também verificaram que os escores das subescalas divergiram no mesmo sentido que o encontrado no presente estudo, com a subescala de julgamento apresentando escore médio mais elevado que a média da subescala de comportamento, e esta, evidenciando escore médio superior à média da subescala de afeto (**Figura 9**).

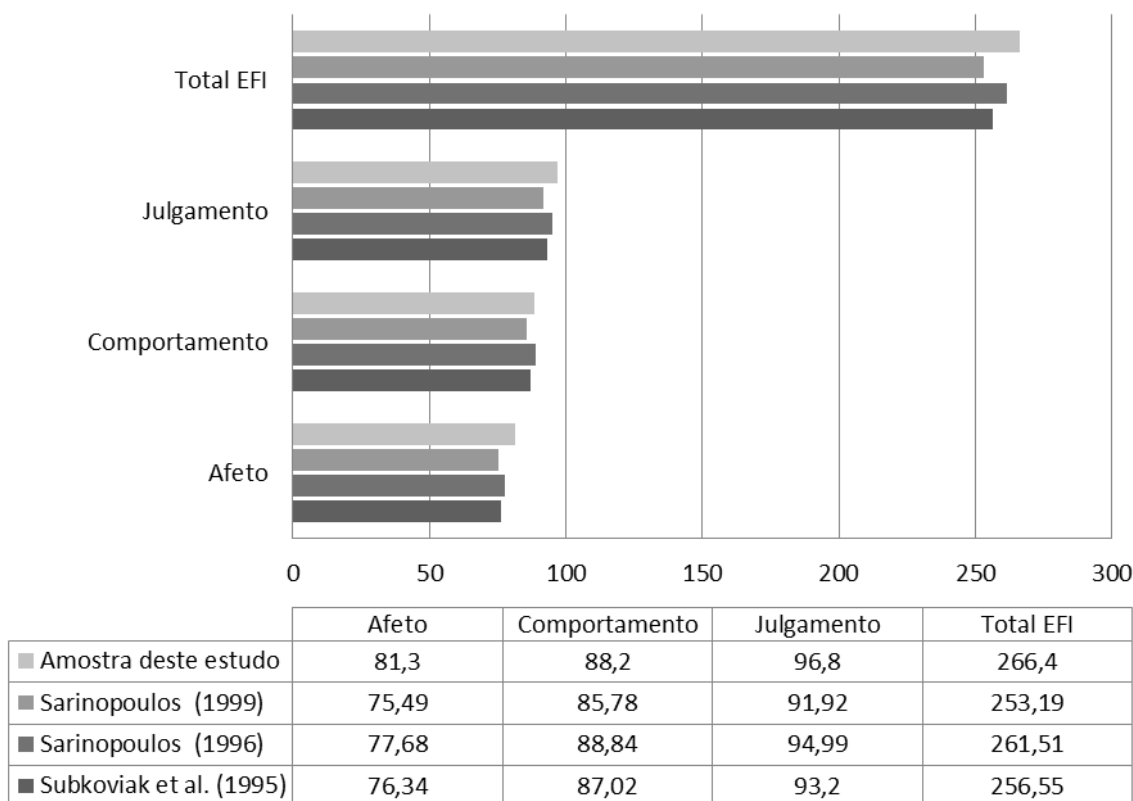


Figura 9. Comparação entre médias da EFI e suas subescalas em estudos diferentes.



É possível notar ainda que as médias da presente pesquisa foram “ligeiramente” superiores às médias dos demais estudos, com exceção da subescala de comportamento. Entretanto, esta diferença pode dever-se ao fato de as amostras dos outros estudos serem muito grandes ( $N = 204$ ,  $N = 157$  e  $N = 129$ , respectivamente) em comparação a amostra do presente trabalho, o que garantiria uma maior variabilidade de respostas.

Ainda considerando as diferenças encontradas entre as subescalas da EFI, os escores das subescalas foram submetidos ao Teste de Wilcoxon com a finalidade de se verificar se tais diferenças foram significativas. Conforme pode ser observado na Tabela 6, houve diferenças entre todas as subescalas (Julgamento > Comportamento > Afeto), indicando que a mediana da subescala de Afeto ( $Md = 92,0$ ) era significativamente inferior às medianas das subescalas de Comportamento ( $Md = 95,0$ ) e Julgamento ( $Md = 102,0$ ); e que a mediana da subescala de Comportamento era significativamente menor que aquela observada para a subescala de Julgamento. Além disso, a partir dessas informações, pode-se dizer que as pessoas desta amostra discriminaram o conteúdo das subescalas de maneira significativa, ao responderem a EFI.

Tabela 6

*Notas Z e significância das subescalas da EFI submetidas ao Teste de Wilcoxon.*

<b>Wilcoxon</b>	<b>Afeto Comportamento</b>	<b>Afeto Julgamento</b>	<b>Comportamento Julgamento</b>
Z	-3,076 <sup>a</sup>	-4,895 <sup>a</sup>	-4,506 <sup>a</sup>
Sig.	0,002	0,000	0,000

(a) Baseado em ranks negativos.

Ainda em relação aos afetos, julgamentos e comportamentos direcionados ao ofensor, esta amostra apresentou diferenças semelhantes às aquelas encontradas por Rique e Camino

(2010) em um estudo que abordou a relação entre a EFI e variáveis demográficas numa amostra mista de brasileiros e americanos. Assim como no referido estudo, o que se verificou na presente pesquisa foi que, em média, o grau de perdão afetivo permaneceu significativamente menor que o grau de perdão comportamental e cognitivo.

Como explicam Rique e Camino (2010), dados assim corroboram a ideia de que é mais difícil para as pessoas perdoar afetivamente do que cognitivamente e comportamentalmente. Dito de outro modo parece ser mais fácil para as pessoas alterar seus julgamentos (seja deixando de sustentar julgamentos negativos, assim como elaborando julgamentos mais positivos), e seus comportamentos (deixando de se afastar ou buscando aproximar-se do ofensor) em relação ao ofensor, do que transformar seus sentimentos em relação a ele.

Tendo em vista que a atitude de perdão se expressa pelo aumento de elementos positivos nos afetos, comportamentos e julgamentos, e pela redução de elementos negativos nestes mesmos domínios, os autores supracitados explicam que é razoável supor que as alterações observadas nos aspectos negativos nestes domínios possam não ocorrer com a mesma intensidade com que incidem nos elementos positivos, principalmente no que concerne o domínio afetivo, o que explicaria também os dados encontrados nesta pesquisa.

Ainda em relação à aparente predominância verificada do domínio cognitivo na atitude de perdão, é interessante retomar aqui a ideia de *reframing* (reenquadramento) proposta por Enright e North (1998) em seu modelo de perdão.

Segundo os autores, nesta etapa, aquele que perdoa faz um esforço intencional para perceber o ofensor num contexto mais amplo do que aquele da situação de ofensa, de modo que novas informações possam ser consideradas, como por exemplo, as motivações do ofensor, ou as pressões ambientais sob as quais ele poderia estar submetido no momento da mágoa. Esta etapa é considerada por Worthington (2005) como a *parte cognitiva* do modelo

de Enright, e está agrupada na “Fase de Trabalho” do modelo de perdão, sendo que as demais etapas que a sucedem dentro desta fase são consideradas como a *parte afetiva* do modelo.

Embora Enright e North (1998) expliquem que mesmo o modelo sendo composto por vinte etapas – agrupadas em quatro fases: de descoberta, de decisão, de trabalho e de resultados – as pessoas não tenham que necessariamente passar por todas elas ou mesmo fazer isso de maneira linear quando perdoam, é relevante enfatizar a importância atribuída ao processamento cognitivo de novas informações sobre o ofensor e a ofensa, como requisito importante para que as mudanças afetivas possam ocorrer.

Além disso, é interessante notar que as etapas que envolvem cognição e afeto estão agrupadas num fase descrita como “fase de trabalho”, indicando que deve haver algum esforço intencional e dirigido (coordenado) no sentido de levar o processo de perdão adiante, e que “pode” começar efetivamente pela via cognitiva.

Corroborando estas ideias, podemos recorrer à Worthington (2005), que em sua conceitualização do perdão destaca a conexão entre o componente emocional e motivacional, ao propor dois tipos de perdão distintos, mas complementares – o Perdão Decisional e o Perdão Emocional. De acordo com o autor, antes que uma pessoa experimente um perdão emocional (com alterações importantes nos sentimentos em relação ao ofensor) é preciso que haja um perdão decisional, em que pessoa decide efetivamente iniciar o processo de perdoar, que pode ser encarado como uma mudança cognitiva (ou como uma mudança na maneira de se perceber o ofensor e a ofensa).

Há ainda outros autores que falam sobre o perdão como o *reenquadramento da percepção* (um processo cognitivo) da transgressão, de modo que as respostas da pessoa ofendida passem de negativas a neutras e/ou positivas (Thompson et al., 2005).

Diante disso, parece razoável supor que a mudança cognitiva, ou mudança de julgamento ou pensamento em relação ao ofensor e a ofensa é uma via importante – e ao que

parece mais frequentemente utilizada— para que mudanças na esfera dos sentimentos e dos comportamentos ocorram. O quê, como se verá adiante, pode ser embasado pelas ideias da Terapia Cognitivo-Comportamental, cuja premissa fundamental é a de que a maneira como interpretamos as situações que vivenciamos (p.e. uma mágoa) determina em grande parte nossas reações comportamentais e emocionais a estes mesmos eventos.

Prosseguindo na análise da parte objetiva da EFI, em se tratando da escala independente Item do Perdão, que avalia o quanto o indivíduo já perdoou o ofensor de forma completa, e na qual o escore um indica “*não perdoei*” e o escore cinco indica “*perdoei completamente*”, o escore médio dos participantes foi de 3,56 ( $DP = 1,28$ ). Conforme é possível observar na Tabela 7, a amostra reportou graus mais elevados de perdão, visto que os escores 4 e 5 foram os mais frequentemente apontados (61%). Em contrapartida, os escores mais baixos, 1 e 2, que indicam graus mais baixos de perdão, foram apontados por 22% da amostra.

Tabela 7

*Frequências, médias e desvios padrão na EFI, em função da escala Item do Perdão.*

Item do Perdão	n (%)	EFI	
		M	Md
1. Não perdoei	04 (9,8)	217,75	183,50
2.	05 (12,2)	177,60	172,00
3. Ainda estou avaliando	07 (17,1)	237,71	233,00
4.	14 (34,18)	297,21	305,00
5. Perdoei completamente	11 (26,8)	303,63	293,00

(N = 41)

Além disso, conforme já mencionado, a escala Item do perdão pode ser usada como uma medida independente para validade de construto da EFI. Em função disso, foi realizado um Teste Kruskal-Wallis da referida escala para verificar se houve diferenças significativas nas medianas da EFI. O teste apontou diferenças significativas ( $X^2 = 18,1$ ;  $p = 0,001$ ) nos graus de perdão dos participantes medidos pela EFI, em relação à escala Item do Perdão. Informação que sustenta que a EFI realmente mediu o construto de Perdão.

Além disso, com a finalidade de observar diferenças de desempenho na EFI em função do sexo, os escores de homens e mulheres foram submetidos ao Teste Mann-Whitney.

Tabela 8

*Valores do Teste Mann-Whitney em função da diferença entre sexos na EFI.*

<b>Mann-Whitney</b>	<b>Afeto</b>	<b>Comportamento</b>	<b>Julgamento</b>	<b>EFI Total</b>	<b>Item do Perdão</b>
Z	-1,232	-2,045	-0,664	-1,097	-0,868
Sig.	0,218	0,041	0,507	0,273	0,385

Variável de agrupamento: SEXO

Conforme mostra a Tabela 8, houve uma diferença de desempenho apenas na subescala Comportamento: homens apresentaram valores superiores para a média e mediana ( $M = 95,73$ ;  $Md = 97,0$ ;  $DP = 18,61$ ), em comparação às mulheres ( $M = 83,92$ ;  $Md = 90,0$ ;  $DP = 21,05$ ). Tal diferença indica que os homens desta amostra parecem expressar mais comportamentos relacionados ao perdão do que as mulheres, ou dito de outra maneira, tendem a agir de modo onde comportamentos positivos sejam expressos, enquanto suprimem-se comportamentos negativos direcionados ao ofensor.

Entretanto, embora a média do grau de perdão global dos homens ( $M = 277,80$ ;  $DP = 66,72$ ) desta amostra tenha sido superior a média das mulheres ( $M = 259,88$ ;  $DP = 57,19$ ), tal diferença não se mostrou estatisticamente significativa (Tabela 8). Resultados que estão de

acordo com aqueles encontrados por Subkoviak et al. (1995) numa amostra de americanos, e Rique e Caminho (2010) que estudaram uma amostra de brasileiros e americanos.

Além dos procedimentos estatísticos já apresentados, os escores médios da EFI e suas subescalas, da escala independente Item do Perdão, e da Escala de Desejabilidade Social foram submetidos a uma análise de correlação de Spearman, a fim de se verificar principalmente a validade de construto da EFI e se o grau de perdão reportado pela amostra variou em função da intensidade da mágoa. A Tabela 9 resume as correlações encontradas.

Tabela 9

*Correlações de Spearman entre os fatores da Escala de Atitudes para o Perdão (EFI) e a Escala de Desejabilidade Social.*

	Desejabilidade Social	Intensidade da Ofensa	Afeto	Comportamento	Julgamento	EFI Total
Afeto	-0,069					
Comportamento	-0,076		0,794**			
Julgamento	-0,089	-0,331*	0,809**	0,789**		
EFI Total	-0,090	-0,343*	0,943**	0,877**	0,934**	
Item do Perdão	-0,202	-0,429**	0,573**	0,473**	0,653**	0,607**
Pseudoperdão		-0,493**				

\*\*  $p < 0,01$

\*  $p < 0,05$

Foram observadas correlações positivas e significativas entre todas as subescalas da EFI entre si: Afeto e Comportamento ( $\rho = 0,79$ ;  $p < 0,01$ ), Afeto e Julgamento ( $\rho = 0,80$ ;  $p < 0,01$ ); e entre Comportamento e Julgamento ( $\rho = 0,78$ ;  $p < 0,01$ ). Além destas, foram

observadas também correlações positivas e significativas entre o escore total da EFI com as três subescalas: Afeto ( $\rho = 0,94; p < 0,01$ ), Comportamento ( $\rho = 0,87; p < 0,01$ ) e Julgamento ( $\rho = 0,93; p < 0,01$ ).

Tal resultado é de certo modo esperado, e apoiado por outros autores, como Subkoviak et al. (1995) e Rique et al. (2009). Os últimos inclusive desenvolveram um estudo pormenorizado das qualidades psicométricas da EFI, testando três modelos possíveis do processo psicológico que sustenta a atitude de perdão avaliada pela EFI. Os resultados mostraram que o modelo mais adequado foi aquele que considerou o perdão constituído por seis fatores de primeira ordem independentes, mas *fortemente correlacionados* entre si: afetos positivos e negativos, comportamentos positivos e negativos, e julgamentos positivos e negativos.

Considerando ainda o escore total da EFI, foram observadas correlações positivas e significativas deste com a Escala Independente Item do Perdão ( $\rho = 0,60; p < 0,01$ ). Resultados semelhantes foram reportados por outros estudos (p.e. Subkoviak et al., 1995; Sarinopoulos, 1996; Waltman et al., 1999; Rique et al., 2009; e Rique & Camino, 2010), em que foram verificados os respectivos coeficientes de correlação (de Pearson):  $r = 0,68$ ,  $r = 0,53$ ,  $r = 0,74$ , e  $r = 0,75$ .

Em se tratando da medida de desejabilidade social da amostra do presente estudo, assim como mostraram outros trabalhos – p.e. Subkoviak et al. (1995); Sarinopoulos (1996); Waltman et al. (1999); Rique et al. (2007); Rique et al. (2009); Rique & Camino (2010) – não foram observadas correlações desta com a EFI ( $\rho = -0,90; p = 0,575$ ), nem com a escala independente Item do Perdão ( $\rho = -0,20; p = 0,205$ )<sup>6</sup>. Resultados que indicam que as respostas

---

<sup>6</sup> Entretanto, uma exceção deve ser mencionada. No estudo apresentado por Rique e Camino (2010), diferentemente do que foi observado na presente pesquisa, foi encontrada para a amostra brasileira uma correlação positiva e significativa entre desejabilidade social e o escore do Item do Perdão, especificamente na amostra de estudantes universitários ( $n = 100, r = 0,247, p < 0,014$ ).

dos participantes desta pesquisa à escala de perdão não foram infladas pela desejabilidade social dos mesmos.

Estes últimos resultados (considerados conjuntamente com o resultado anteriormente apresentado de que os graus de perdão da amostra foram significativamente diferentes em função dos escores na escala independente Item do Perdão) oferecem suporte para a validade de construto da EFI, uma vez que, conforme explicam Enright e Rique (2001), correlações positivas e fortes são esperadas em comparações entre a EFI e medidas concorrentes, como a escala independente Item do perdão. Por outro lado, não são esperadas correlações quando se comparam a EFI com medidas divergentes, como é o caso da Escala de Desejabilidade Social.

Partindo agora para a análise referente à intensidade da mágoa reportada pelos participantes, houve uma correlação negativa e significativa desta variável com o escore total da EFI ( $\rho = -0,34$ ;  $p < 0,05$ ), indicando que quanto maior a intensidade percebida da mágoa, menor foi o grau de perdão interpessoal reportado pela amostra (Tabela 9).

Em outras palavras, quanto maior foi a intensidade percebida da ofensa, menor foi o grau de perdão interpessoal apresentado pelos indivíduos, no sentido global, envolvendo as esferas cognitiva, afetiva e comportamental. Lembrando que, de acordo com Enright e Rique (2001), o perdão interpessoal consiste na diminuição de elementos negativos, e no incremento de elementos positivos relativos aos domínios afetivo, cognitivo e comportamental.

Este resultado está de acordo com as suposições teóricas de Enright (Enright & *The Human Development Study Group*, 1991), e dos resultados encontrados por Subkoviak et al. (1995) e Rique e Camino (2010) que indicam que o grau do perdão interpessoal é uma função da percepção da mágoa, que por sua vez determina a intensidade da ofensa.

Foram verificadas ainda outras correlações negativas e significantes entre a Intensidade da Ofensa e outras medidas, a saber: com a subescala de Julgamento ( $\rho = -0,33$ ;  $p$



< 0,05); com a escala independente Item do perdão ( $\rho = -0,43$ ;  $p < 0,01$ ) e com os itens que avaliavam o Pseudoperdão ( $\rho = -0,49$ ;  $p < 0,01$ ).

A correlação negativa com a subescala de Julgamento parece indicar que quanto maior foi a intensidade percebida da ofensa, menos se verificaram a presença de julgamentos positivos, e a diminuição de pensamentos negativos em relação ao ofensor, neste domínio específico. Dito de outro modo, quanto maior a intensidade da mágoa reportada pela amostra menor a probabilidade de se perdoar cognitivamente.

Em se tratando da correlação negativa com o Item do Perdão, podemos interpretar esse dado como indicativo de que o perdão oferecido pelo indivíduo foi mais intenso – ou dito de outro modo, foi *percebido* como mais completo, já que as pessoas têm uma ideia subjetiva do quanto acreditam ter perdoado alguém – à medida que a ofensa foi percebida como menos intensa.

Finalmente, em relação ao pseudoperdão, embora os escores nessa medida não componham o escore final da EFI, ainda sim é interessante observar que, se entendermos o pseudoperdão como uma tentativa do indivíduo de “fingir” que perdoou, quando na verdade não o fez de fato, e mais ainda, como uma tentativa de suprimir o quão perturbadora foi a ofensa – e a partir disso, oferecer um perdão não sincero –, é possível observar que quanto maior a intensidade da ofensa, menor a probabilidade de que o indivíduo consiga falsear suas atitudes. Dito de outro modo, quanto mais perturbadora a mágoa, menores podem ser as chances de a pessoa conseguir fingir não ter se ofendido e oferecer um “falso” perdão.

Até este momento foram apresentados os dados da parte objetiva da Escala de Atitudes para o Perdão (EFI). Agora serão apresentados os demais resultados oriundos da análise dos elementos referentes ao questionário sobre a mágoa, que também compõe a EFI.

### 7.2.2. Análise dos dados referentes ao questionário sobre a mágoa

Partindo das descrições fornecidas pelos participantes a respeito do episódio de mágoa pelo qual passaram, foi realizada a categorização das ofensas de acordo com o tipo de transgressão e de acordo com o contexto onde ocorreram, de modo que cada ofensa foi categorizada apenas uma vez, ou seja, foi classificada em apenas uma categoria.

Para tanto, utilizou-se como base para definir as categorias um artigo intitulado “Perdão Interpessoal em Contextos de Injustiça no Brasil e nos EUA” (Rique et al., 2007), e uma tabela de codificação de transgressões incluída na tese de doutorado intitulada “*Exploring the dynamics of revenge*” (Nathanson, 2008). A partir dos dados fornecidos por estas duas referências, juntamente com a leitura exaustiva das descrições das ofensas feitas pelos participantes, elaborou-se uma tabela para classificação destas ofensas em seis tipos: Irresponsabilidade, Deslealdade, Comportamento Agressivo, Grosseria, Constrangimento, e Injustiça percebida. Após isso, foi realizada a análise descritiva das categorias.

Conforme mostram as Tabelas 10 e 11, os participantes reportaram com mais frequência ofensas nos **contextos “Família” e “Namoro”**. No contexto familiar, os agentes das ofensas mais frequentemente apontados pelos participantes foram os pais (12,2%), as mães (7,3%), cônjuges e parentes mais distantes (4,9% cada um). No contexto de namoro, os agentes da ofensa foram namorados (29,3%) e pessoas com quem os participantes começaram a se relacionar (4,8%). Por último, os participantes citaram ofensas no **contexto “Amizade”**, no qual os ofensores assinalados foram amigos do mesmo sexo (14,6%) e amigos do sexo oposto (17,2%).

Tabela 10

*Frequências, médias e desvios padrão da EFI para Contextos de ofensa.*

Contexto	EFI			
	<i>n</i> (%)	<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>Md</i>
Família	14 (34,1)	285,14	63,72	304,50
Amizade	13 (31,7)	255,30	60,59	266,00
Namoro	14 (34,7)	258,07	57,40	293,00

(*N* = 41)

Tabela 11

*Frequências, médias e desvios padrão da EFI para os diferentes Ofensores.*

Agente da Ofensa	EFI		
	<i>n</i> (%)	<i>M</i>	<i>DP</i>
Pai	05 (12,2)	321,40	19,20
Mãe	03 (7,3)	262,33	85,99
Madrasta	01 (2,4)	189,00	-
Irmã	01 (2,4)	350,00	-
Cônjuges	02 (4,9)	288,50	19,09
Parente	02 (4,9)	241,00	103,23
Namorado	12 (29,3)	267,58	54,92
Pessoa com quem comecei a me relacionar	02 (4,9)	201,00	45,25
Amigo do mesmo sexo	06 (14,6)	267,16	54,39
Amigo do sexo oposto	07 (17,1)	245,14	67,93

(*N* = 41)

No que se refere aos graus de perdão dos participantes medido pela EFI em função dos três contextos de ofensa (Tabela 10), a maior média observada foi no contexto “Família” ( $M = 285,14$ ), seguida pelo contexto “Namoro” ( $M = 258,07$ ), e por último, pelo contexto “Amizade” ( $M = 255,30$ ). De forma especulativa poderíamos dizer que para os participantes da amostra perdoar seus ofensores foi mais provável quando a mágoa teve lugar no contexto familiar, o que poderia indicar – conforme apontam outros estudos sobre perdão (p.e. Mullet

& Girard, 2000; Aquino, Tripp & Bies, 2001; Rique et al., 2007) – que o grau de proximidade com o ofensor pode ser uma variável sócio-cognitiva importante na disposição de perdoar dos indivíduos. Contudo, estas diferenças não foram estatisticamente significativas, conforme apontou o resultado do Teste Kruskal-Wallis realizado ( $X^2 = 3,262$ ;  $p = 0,196$ ).

Considerando os graus de perdão de homens e mulheres nos diversos contextos, verificou-se que no contexto “Família” e “Namoro”, a média dos escores dos homens foi maior ( $M_F = 301,75$ ;  $DP_F = 57,18$ ;  $M_N = 267,5$ ;  $DP_N = 48,79$ ) que a média das mulheres ( $M_F = 263,0$ ,  $DP_F = 70,35$ ;  $M_N = 256,5$ ;  $DP_N = 60,48$ ). Já no contexto “Amizade”, a média das mulheres foi maior ( $M = 262,60$ ,  $DP = 48,59$ ) que a média dos homens ( $M = 243,6$ ;  $DP = 81,26$ ).

Quanto ao tipo de ofensa, conforme se pode ver na Tabela 12, a modalidade mais frequentemente reportada pela amostra foi Deslealdade (39%), seguido de Irresponsabilidade e Injustiça Percebida, (ambas com 17,1%), Constrangimento (12,2%), Comportamento agressivo (9,8%) e, por fim, Grosseria (4,9%).

Em se tratando dos graus de perdão dos participantes em relação aos diferentes tipos de ofensa (Tabela 12), verificou-se que a ofensa do tipo Grosseria apresentou a maior média ( $M = 326,0$ ), seguida de Constrangimento ( $M = 282,6$ ); Irresponsabilidade ( $M = 280,4$ ), Comportamento Agressivo ( $M = 277,0$ ), Injustiça percebida ( $M = 256,14$ ), e finalmente, Deslealdade ( $M = 249,68$ ).

Interessante notar que o tipo de ofensa mais frequentemente relatado, Deslealdade (39%), foi também aquela para a qual o perdão interpessoal obteve a menor média ( $M = 256,14$ ).

Tabela 12

*Frequências, médias e desvios padrão da EFI para os Tipos de Ofensa em função do Contexto.*

CONTEXTO	TIPO DE OFENSA	EFI		
		<i>n</i> (%)	<i>M</i>	<i>DP</i>
<b>Família</b>	Irresponsabilidade	02 (4,9)	322,00	28,28
	Deslealdade	04 (9,8)	283,75	84,18
	Comportamento Agressivo	01 (2,4)	314,00	-
	Grosseria	01 (2,4)	314,00	-
	Constrangimento	02 (4,9)	316,50	16,26
	Injustiça percebida	04 (9,8)	238,00	71,23
	<b>Total</b>	<b>14 (34,1)</b>	<b>285,14</b>	<b>63,72</b>
<b>Amizade</b>	Irresponsabilidade	01 (2,4)	296,00	-
	Deslealdade	08 (19,5)	235,50	46,54
	Grosseria	01 (2,4)	338,00	-
	Constrangimento	02 (4,9)	247,00	120,21
	Injustiça percebida	01 (2,4)	307,00	-
	<b>Total</b>	<b>13 (31,7)</b>	<b>255,31</b>	<b>60,59</b>
<b>Namoro</b>	Irresponsabilidade	04 (9,8)	255,75	69,88
	Deslealdade	04 (9,8)	244,00	60,21
	Comportamento Agressivo	03 (7,3)	264,67	80,56
	Constrangimento	01 (2,4)	286,00	-
	Injustiça percebida	02 (4,9)	267,00	49,50
	<b>Total</b>	<b>14 (34,1)</b>	<b>258,07</b>	<b>57,40</b>
<b>Totais considerando os três contextos de ofensa</b>	Irresponsabilidade	07 (17,1)	280,43	59,98
	Deslealdade	16 (39,0)	249,69	59,82
	Comportamento Agressivo	04 (9,8)	277,00	70,25
	Grosseria	02 (4,9)	326,00	16,97
	Constrangimento	05 (12,2)	282,60	69,93
	Injustiça percebida	07 (17,1)	256,14	60,29
	<b>Total</b>	<b>41 (100,0)</b>	<b>266,44</b>	<b>60,66</b>

Em relação a estes dados, foi realizado um teste Kruskal-Wallis para verificar se havia diferenças significativas nas medianas da EFI e das subescalas, considerando-se os diferentes tipos de ofensas. Conforme mostra a Tabela 13 houve diferença significativa apenas na

subescala Comportamento ( $X^2 = 10,08$ ;  $p = 0,073$ ), embora não tenha sido possível identificar exatamente como essa diferença se expressou entre os diversos tipos de ofensa.

Tabela 13

*Valores do Teste Kruskal-Wallis em função dos tipos de ofensa na EFI.*

<b>Kruskal-Wallis</b>	<b>Afeto</b>	<b>Comportamento</b>	<b>Julgamento</b>	<b>EFI Total</b>
Qui-Quadrado ( $X^2$ )	3,592	10,087	6,798	6,416
Sig.	0,610	0,073	0,236	0,268

Variável de agrupamento: Tipo de Ofensa

Com relação à intensidade das ofensas descritas pelos participantes (Tabela 14), a intensidade 4, rotulada como “Muito Magoado” foi a mais frequente, sendo apontada por 21 pessoas (51,2%), seguida pela intensidade 5, descrita como “Tremendamente Magoado”, que foi apontada por 12 participantes (29,3%).

Tabela 14

*Frequências, médias e desvios padrão da EFI para Intensidade da Ofensa.*

<b>Intensidade da Ofensa</b>	<b>EFI</b>		
	<b><i>n</i> (%)</b>	<b><i>M</i></b>	<b><i>DP</i></b>
1. Nenhuma mágoa	01 (2,4)	338,0	-
2. Um pouco magoado	02 (4,9)	269,0	50,91
3. Alguma mágoa	05 (12,2)	264,20	65,84
4. Muito magoado	21 (51,2)	286,61	46,95
5. Tremendamente magoado	12 (29,3)	225,66	67,06

( $N = 41$ )

Em se tratando da intensidade do perdão reportado pelos participantes em função das diferentes intensidades da mágoa notou-se que a maior média foi observada para a intensidade mais baixa, “Nenhuma Mágoa” ( $M = 338$ ), seguida pela intensidade descrita como “Muito magoado”, cuja média foi 286,61 ( $DP = 46,95$ ). A menor média da EFI ( $M = 225,66$ ) foi observada na intensidade de mágoa mais alta, “Tremendamente Magoado”.

Estes dados corroboram os resultados já apresentados concernentes à correlação negativa encontrada entre a intensidade de mágoa e o grau de perdão, e reforçam, portanto, a suposição de que quanto maior a intensidade da mágoa percebida, menor a intensidade do perdão oferecido.

Ainda considerando as intensidades das ofensas, os dados foram submetidos ao Teste Kruskal-Wallis para verificar se havia diferenças significativas nas medianas da EFI e das subescalas quando consideradas as diferentes magnitudes das transgressões. Conforme mostra a Tabela 15, houve diferenças nas medianas da subescala Julgamento ( $X^2 = 11,58$ ;  $p = 0,021$ ), no escore total da EFI ( $X^2 = 8,25$ ;  $p = 0,083$ ), e nas medianas do Item do Perdão ( $X^2 = 13,96$ ;  $p = 0,007$ ).

Tabela 15

*Valores do Teste Kruskal-Wallis em função das intensidades das ofensas na EFI.*

<b>Kruskal-Wallis</b>	<b>Afeto</b>	<b>Comportamento</b>	<b>Julgamento</b>	<b>EFI Total</b>	<b>Item Perdão</b>
Qui-Quadrado ( $X^2$ )	6,677	5,699	11,585	8,253	13,964
Sig.	0,154	0,223	0,021	0,083	0,007

Variável de agrupamento: Intensidade da Ofensa

Em relação a estes dados, conforme já mencionado, o grau de perdão é uma função da intensidade da ofensa (Rique & Camino, 2010), de modo que estes resultados, embora não

indiquem a magnitude da diferença, corroboram as correlações negativas e significantes encontradas entre a intensidade da ofensa, e os escores da EFI e da escala Item do Perdão para esta amostra.

Em se tratando do tempo decorrido da ofensa, o período definido por “meses” foi o mais frequentemente reportado pelos participantes (36,6%), seguido de “anos” (31,1%), “dias” e “semanas”, ambos com 14,6% (Tabela 16). Embora o tempo decorrido da mágoa geralmente seja apontado como um fator também importante e que influencia a disposição ou grau de perdão do indivíduo (Worthington, 2005; McCullough et al., 2001), não foram observadas diferenças significativas nos graus de perdão, quando considerado o tempo decorrido da ofensa, conforme apontou o teste Kruskal-Wallis realizado.

Tabela 16

*Frequências e porcentagens referentes ao tempo decorrido das ofensas.*

Tempo	EFI		
	<i>n</i> (%)	<i>M</i>	<i>DP</i>
Dias	06 (14,6)	273,83	54,42
Semanas	06 (14,6)	254,0	75,74
Meses	15 (36,6)	268,86	62,25
Anos	14 (34,1)	266,0	60,80

(*N* = 41)

E por fim, com relação à condição do agente da ofensa (se ainda está vivo) todos os ofensores apontados pelos participantes ainda estavam vivos, o que inviabilizou uma análise considerando este tipo de variável.



### 7.3. Desempenho dos Participantes no Questionário de Esquemas Young (YSQ)

Os escores médios, as medianas, os desvios padrão e a variância dos escores obtidos no Questionário de Esquemas Young (YSQ) foram calculados, e os resultados estão organizados na Tabela 17.

Tabela 17

*Escores médios, medianas, desvios padrão e variância para o YSQ.*

	<i>M</i>	<i>Md</i>	<i>DP</i>	<i>Var</i>
<b>D. Desconexão e Rejeição</b>	44,3	43,0	13,09	171,48
<b>D. Autonomia e Desempenhos Prejudicados</b>	31,0	29,0	8,26	68,30
<b>D. Orientação para o outro</b>	23,9	25,0	6,97	48,61
<b>D. Supervigilância e Inibição</b>	26,2	27,0	7,48	56,01
<b>D. Limites Prejudicados</b>	24,8	24,0	6,19	38,33
Privação emocional	8,8	7,0	4,97	24,76
Abandono	10,8	10,0	4,19	17,60
Desconfiança e abuso	9,5	9,0	3,86	14,90
Isolamento	8,9	8,0	4,44	19,72
Defectividade	6,2	5,0	2,10	4,44
Fracasso	7,4	6,0	3,21	10,35
Dependência / Incompetência	6,6	6,0	1,88	3,54
Vulnerabilidade	9,0	8,0	4,06	16,55
Emaranhamento	7,9	7,0	3,19	10,22
Subjugação	8,0	7,0	2,95	8,72
Auto Sacrifício	15,8	16,0	5,58	31,18
Inibição emocional	9,5	8,0	4,72	22,35
Padrões inflexíveis	16,6	17,0	5,16	26,64
Merecimento e Grandiosidade	13,1	13,0	3,50	12,31
Autocontrole insuficiente	11,6	11,0	4,62	21,38

D = Domínio de Esquemas ( $N = 41$ )

Considerando o domínio de Desconexão e Rejeição, o esquema de abandono obteve o maior escore médio ( $M = 10,8$ ), seguido do esquema de desconfiança e abuso ( $M = 9,5$ ). Os esquemas de isolamento e privação emocional vêm em seguida, com médias de 8,9 e 8,8, respectivamente. Já o esquema de defectividade apresentou a menor média ( $M = 6,2$ ).

No que se refere ao domínio de Autonomia e Desempenho Prejudicados, o esquema de vulnerabilidade apresentou a maior média ( $M = 9,0$ ), seguido dos esquemas de emaranhamento ( $M = 7,9$ ), fracasso ( $M = 7,4$ ) e dependência/ incompetência ( $M = 6,6$ ).

Quanto ao domínio de Orientação para o Outro, o esquema de auto sacrifício apresentou a maior média ( $M = 15,8$ ), seguido do esquema de subjugação ( $M = 8,0$ ).

Dos esquemas pertencentes ao domínio de Supervigilância e Inibição, o esquema de padrões inflexíveis apresentou a maior média ( $M = 16,6$ ), seguido do esquema de inibição emocional ( $M = 9,5$ ).

E por último, no domínio de Limites Prejudicados, o esquema de merecimento e grandiosidade exibiu a maior média ( $M = 13,1$ ), seguido do esquema de autocontrole insuficiente ( $M = 11,6$ ).

A fim de se averiguar se houve diferenças importantes entre as medianas dos fatores do questionário de esquemas, os dados foram submetidos ao Teste de Wilcoxon. Na Tabela 18 estão os dados referentes ao teste realizado para verificar, primeiramente, diferenças entre as medianas dos *Domínios de Esquemas*. A Tabela 19 resume os dados relacionados às diferenças entre as medianas dos esquemas de cada domínio.

Tabela 18

*Notas Z e significância dos domínios de esquemas do YSQ submetidos ao Teste de Wilcoxon.*

<b>Wilcoxon</b>	<b>Z</b>	<b>Sig.</b>
Desconexão   Autonomia e desempenho prejudicados	-5,433 <sup>a</sup>	0,000
Desconexão   Orientação para o outro	-5,582 <sup>a</sup>	0,000
Desconexão   Supervigilância e Inibição	-5,580 <sup>a</sup>	0,000
Desconexão   Limites Prejudicados	-5,581 <sup>a</sup>	0,000
Autonomia e desempenho prejudicados   Orientação para o outro	-4,993 <sup>a</sup>	0,000
Autonomia e desempenho prejudicados   Supervigilância e inibição	-3,313 <sup>a</sup>	0,001
Autonomia e desempenho prejudicados   Limites prejudicados	-3,995 <sup>a</sup>	0,000
Orientação para o outro   Supervigilância e inibição	-2,024 <sup>b</sup>	0,043
Orientação para o outro   Limites prejudicados	-0,567 <sup>b</sup>	0,571
Limites prejudicados   Supervigilância e inibição	-1,466 <sup>a</sup>	0,143

(a) Baseado em ranks positivos.

(b) Baseado em ranks negativos.

Foram observadas diferenças significativas entre as medianas de todos os domínios, exceto entre as medianas dos domínios de “Orientação para o outro” e de “Limites prejudicados”; e entre as medianas dos domínios de “Limites prejudicados” e de “Supervigilância e inibição” (Tabela 18).

Tabela 19

Notas Z e significância dos esquemas iniciais desadaptativos de cada domínio do YSQ submetidos ao Teste de Wilcoxon.

	<b>Wilcoxon</b>	<b>Z</b>	<b>Sig.</b>
Privação emocional   Abandono*		-2,631 <sup>a</sup>	0,009
Privação emocional   Desconfiança e abuso		-1,056 <sup>a</sup>	0,291
Privação emocional   Isolamento social		-0,594 <sup>a</sup>	0,552
Privação emocional   Defectividade*		-3,838 <sup>b</sup>	0,000
Abandono   Desconfiança e abuso*		-1,766 <sup>b</sup>	0,077
Abandono   Isolamento social*		-2,622 <sup>b</sup>	0,009
Abandono   Defectividade*		-5,309 <sup>b</sup>	0,000
Desconfiança e abuso   Isolamento social		-1,217 <sup>b</sup>	0,224
Defectividade   Desconfiança e abuso*		-4,320 <sup>b</sup>	0,000
Defectividade   Isolamento social*		-4,261 <sup>b</sup>	0,000
Fracasso   Dependência e incompetência*		-1,766 <sup>b</sup>	0,077
Fracasso   Vulnerabilidade*		-2,516 <sup>a</sup>	0,012
Fracasso   Emaranhamento		-0,640 <sup>a</sup>	0,522
Dependência e incompetência   Vulnerabilidade*		-3,683 <sup>a</sup>	0,000
Dependência e incompetência   Emaranhamento*		-2,577 <sup>a</sup>	0,010
Vulnerabilidade   Emaranhamento		-1,013 <sup>b</sup>	0,311
Auto Sacrifício   Subjugação*		-5,286 <sup>a</sup>	0,000
Padrões inflexíveis   Inibição emocional*		-4,774 <sup>a</sup>	0,000
Autocontrole insuficiente   Merecimento*		-2,340 <sup>b</sup>	0,019

(a) Baseado em ranks negativos.

(b) Baseado em ranks positivos.

\* Pares de esquemas em que foram verificadas diferenças significativas entre as medianas.

Em se tratando dos EIDs, conforme a Tabela 19, considerando o Domínio de desconexão e rejeição, foram verificadas diferenças significativas entre as medianas de todos

os esquemas, exceto para os seguintes pares: Privação emocional e Desconfiança e abuso; Privação emocional e Isolamento social; e Desconfiança e abuso e Isolamento social.

No que se refere ao Domínio de autonomia e desempenho prejudicados, foram verificadas diferenças entre as medianas de todos os esquemas, exceto entre os seguintes: Fracasso e Emaranhamento; e Vulnerabilidade e Emaranhamento.

Em relação aos domínios restantes, que englobam apenas dois esquemas cada um, observaram-se diferenças entre todos os pares de esquemas.

Com o objetivo de se verificar se houve diferenças significativas entre os escores dos esquemas com relação ao sexo dos participantes, foi realizado um Teste Mann-Whitney.

De acordo com as Tabelas 20 e 21, os seguintes esquemas apresentaram diferenças significativas entre os sexos: **Isolamento social**, em que os homens obtiveram os maiores escores ( $M = 10,20$ ;  $Md = 10,0$ ;  $DP = 4,21$ ); **Emaranhamento**, no qual os homens também apresentaram escores superiores ( $M = 9,47$ ;  $Md = 9,0$ ;  $DP = 3,85$ ); **Padrões Inflexíveis**, em que as mulheres tiveram pontuação mais elevada ( $M = 17,92$ ;  $Md = 18,5$ ;  $DP = 5,27$ ); e finalmente, o esquema de **Autocontrole insuficiente**, no qual as mulheres também obtiveram maior pontuação ( $M = 12,62$ ;  $Md = 12,5$ ;  $DP = 4,91$ ).

Tabela 20

Valores do Teste Mann-Whitney no YSQ em função da variável sexo.

<b>Mann-Whitney</b>	<b>Isolamento</b>	<b>Emaranhamento</b>	<b>Padrões Inflexíveis</b>	<b>Autocontrole Insuficiente</b>
Z	-1,939	-2,319	-2,023	-1,770
Sig.	0,052	0,020	0,043	0,077

Variável de agrupamento: Sexo

Tabela 21

*Médias e desvios padrão dos esquemas em função do sexo.*

	Homens		Mulheres	
	<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>M</i>	<i>DP</i>
Privação emocional	<b>9,20</b>	5,51	8,58	4,74
Abandono	9,80	3,76	<b>11,42</b>	4,38
Desconfiança e abuso	<b>9,87</b>	4,44	9,35	3,57
Isolamento*	<b>10,20</b>	4,21	8,19	4,48
Defectividade	6,13	2,10	<b>6,31</b>	2,15
Fracasso	<b>7,93</b>	3,88	7,19	2,81
Dependência / Incompetência	<b>7,20</b>	2,37	6,27	1,48
Vulnerabilidade	8,33	2,69	<b>9,38</b>	4,69
Emaranhamento*	<b>9,47</b>	3,85	7,04	2,41
Subjugação	<b>8,27</b>	3,88	7,88	2,34
Auto Sacrifício	<b>17,47</b>	5,51	14,92	5,51
Inibição emocional	<b>10,40</b>	5,67	9,12	4,14
Padrões inflexíveis*	14,33	4,22	<b>17,92</b>	5,27
Merecimento e Grandiosidade	<b>13,87</b>	4,24	12,69	3,02
Autocontrole insuficiente*	10,00	3,66	<b>12,62</b>	4,91

\* Esquemas que apresentam diferenças significativas em função do sexo.

Assim, os *homens* desta amostra apresentaram esquemas de **Isolamento social** e **Emaranhamento** mais ativados do que os mesmos esquemas observados nas mulheres. Em outras palavras, os homens evidenciaram sentimentos mais intensos de não pertencimento (afiliação) ou sensações de ser diferente das demais pessoas. Além disso, o esquema de emaranhamento denota que os homens da amostra – em comparação as mulheres – parecem mais excessivamente envolvidos com pessoas significativas a ponto de terem sua capacidade de funcionamento individual prejudicada (Young, 2003; Young et al., 2008).

Algo interessante a ser mencionado em relação a estes resultados é que estes dois esquemas são de certo modo, opostos, uma vez que um esquema denota isolamento e dificuldade em se conectar aos outros, enquanto o outro evidencia uma dificuldade em se

“desconectar” de pessoas significativas e funcionar de maneira individual, considerando suas próprias inclinações.

As *mulheres*, por sua vez, apresentaram esquemas de **Padrões inflexíveis** e de **Autocontrole insuficiente** mais disfuncionais. Dito de outro modo, as mulheres desta amostra parecem ser mais voltadas para o alcance de padrões de desempenho excessivamente elevados e/ou rígidos, que muitas vezes é entendido como uma maneira de se evitar críticas. Além disso, o esquema de autocontrole inadequado mais ativado indica que as mulheres – em comparação aos homens – parecem ter mais dificuldade para tolerar frustrações – uma vez que a evitação de situações desconfortáveis é uma característica do esquema – e controlar ou regular comportamentos voltados para a consecução de metas (Young, 2003; Young et al., 2008).

Aqui também chama a atenção que os dois esquemas mais hipervalentes para as mulheres têm de certa maneira, significados paradoxais. Enquanto o esquema de padrões inflexíveis representa perfeccionismo e um padrão rigoroso de comportamento, o esquema de autocontrole insuficiente denota exatamente a dificuldade em comportar-se de modo disciplinado e orientado para a realização de objetivos.

As diferenças encontradas tanto para homens quanto para mulheres, que aparentemente são contraditórias, indicam a variabilidade da amostra no que tange à prevalência de esquemas iniciais desadaptativos.

Finalmente, com o intuito de verificar se houve diferenças significativas nas intensidades dos EIDs e dos domínios de esquemas em relação aos escores de perdão dos participantes, foi realizado um teste Kruskal-Wallis considerando o **Item do Perdão** como variável de agrupamento. Considerando os domínios de esquemas, os resultados mostraram que para todos eles foi observada diferença significativa na intensidade de perdão reportada pelos participantes, com exceção apenas para o Domínio da Supervigilância e Inibição. Já em

relação aos EIDs especificamente, observaram-se diferenças expressivas apenas para quatro esquemas: Abandono; Dependência / Incompetência; Subjugação; e Autocontrole insuficiente (Tabela 22).

Tabela 22

*Valores do Teste Kruskal-Wallis para a intensidade dos Domínios de Esquemas e EIDs em função do Item do Perdão.*

<b>Kruskal-Wallis</b>	<b>Qui-Quadrado (X<sup>2</sup>)</b>	<b>Sig.</b>
D. Desconexão	11,483	0,022
D. Autonomia	9,768	0,045
D. Orientação para o Outro	8,696	0,069
D. Supervigilância	3,492	0,479
D. Limites Prejudicados	11,892	0,018
Abandono	10,682	0,030
Dependência / Incompetência	9,557	0,049
Subjugação	14,583	0,006
Autocontrole Insuficiente	13,232	0,010

Variável de agrupamento: Item do Perdão  
D = Domínio de Esquemas

Cabe mencionar que os dados do YSQ foram submetidos a uma análise de correlação de Spearman, entretanto, por não serem relevantes para os objetivos do presente estudo, estes resultados não foram apresentados.



#### 7.4. Correlações entre as variáveis da EFI e o do YSQ

Os escores da EFI – incluindo a escala independente Item do Perdão – e do Questionário de Esquemas Young (YSQ) foram submetidos à análise de correlações de Spearman. A Tabela 23 resume as correlações significativas encontradas, sendo que todas foram negativas.

Tabela 23

*Correlações de Spearman entre os fatores da Escala de Atitudes para o Perdão (EFI) e os fatores do Questionário de Esquemas Young (YSQ).*

	Item do Perdão	EFI Total	Afeto	Comportamento	Julgamento	
<b>DOMÍNIOS</b>	<b>Desconexão e Rejeição</b> <sup>(a)</sup>	-0,534*	-0,354*			
	<b>Autonomia e Des. Prejudicados</b> <sup>(b)</sup>	-0,440*				
	<b>Orientação para o outro</b> <sup>(c)</sup>	-0,371*				
	<b>Limites Prejudicados</b> <sup>(d)</sup>	-0,472**	-0,350*	-0,313*		-0,375*
<b>ESQUEMAS</b>	<b>Abandono</b> <sup>(a)</sup>	-0,437**	-0,324*	-0,350*	-0,421**	
	<b>Isolamento</b> <sup>(a)</sup>	-0,392*				
	<b>Defectividade</b> <sup>(a)</sup>	-0,396*				
	<b>Fracasso</b> <sup>(b)</sup>	-0,338*				
	<b>Subjugação</b> <sup>(c)</sup>	-0,406**				
	<b>Merecimento</b> <sup>(d)</sup>					-0,350*
	<b>Autocontrole Insuficiente</b> <sup>(d)</sup>	-0,438**	-0,343*	-0,337*		

\*\* p < 0,01

\* p < 0,05

Antes de discutir os resultados em maiores detalhes, é relevante fazer uma observação sobre o fato de todas as correlações significativas encontradas entre os esquemas e os escores relacionados ao perdão terem sido negativas.

Cazassa (2007) realizou um trabalho de validação concorrente do YSQ usando a Escala Fatorial de Neuroticismo (EFN) – instrumento que avalia uma dimensão de personalidade chamada Fator N, ou Neuroticismo, que se refere ao nível de desajustamento e instabilidade emocional apresentado pelo indivíduo e está relacionado a desconfortos psicológicos e a estilos cognitivos e comportamentais particulares do sujeito. Sendo que, “altos níveis de Neuroticismo são identificados em pessoas mais propensas a vivenciar maiores sofrimentos emocionais, fato que parece estar ligado às interpretações negativas da realidade e à construção ativa de problemas” (Hutz & Nunes, 2001, citados por Cazassa, 2007).

Em seu trabalho, Cazassa (2007) encontrou correlações positivas entre todos os fatores da EFN e do YSQ, evidenciando a relação crescente entre os níveis de sofrimento emocional dos indivíduos e a disfuncionalidade de seus esquemas. Assim, os dados mostraram que quanto mais disfuncionais estavam os esquemas medidos, mais altos eram os escores dos participantes nas dimensões medidas pela EFN – vulnerabilidade, desajustamento psicossocial, ansiedade e depressão.

Por outro lado, pesquisas sobre perdão – tanto o perdão em situações específicas, quanto o perdão como disposição de personalidade – que envolvem estudos correlacionais com fatores de personalidade, especificamente com os fatores do Big Five, frequentemente mostram correlações negativas entre o grau de perdão e os níveis de Neuroticismo (p.e.; Neto & Mullet, 2004; Sastre, Vinsonneau, Chabrol & Mullet, 2004; Mullet et al., 2005; Thompson et al., 2005; Worthington, 2005; Allemand et al., 2008). Deste modo, os estudos sugerem que quanto maiores os níveis de Neuroticismo dos indivíduos menores os graus de perdão em

relação a ofensas específicas, e menor a disposição do indivíduo em perdoar ao longo de situações, chamada por alguns autores de perdoabilidade.

Assim, sabendo da existência de correlações positivas entre medidas de Neuroticismo e os EIDs, e de correlações negativas entre medidas de Neuroticismo e medidas de Perdão, já havia a expectativa de que os dados das correlações entre os EIDs e os níveis de perdão da amostra do presente estudo se mostrassem negativos.

Dito isso, a seguir serão apresentados e discutidos os resultados das correlações de modo mais específico. Observando os dados, é digno de nota que as correlações com os domínios e esquemas envolvendo o Item do Perdão foram mais fortes que aquelas encontradas para as demais variáveis da EFI. Além disso, as correlações do Item do Perdão com os Domínios de Esquemas foram mais fortes que as correlações com os esquemas individuais – o que de certo modo faz sentido, uma vez que os domínios são o agrupamento dos esquemas. Ademais, conforme já mostrado anteriormente, os dados sugerem que a medida do score total EFI e a medida do Item do Perdão aferem o mesmo construto.

Por estas razões, e também por uma questão de melhor organização da discussão, optou-se por apresentar principalmente as correlações entre a escala Item do Perdão e os Domínios dos Esquemas.

#### **7.4.1. Discussão das correlações envolvendo o questionário de esquemas e a medida de perdão**

Num primeiro olhar, a compreensão geral que emerge dos dados das correlações deste estudo é a de que quanto maior a intensidade dos EIDs, menores são os graus de perdão interpessoal do indivíduo, tanto globalmente – envolvendo as dimensões de afeto,

comportamento e cognição – medido pela EFI, quanto no sentido do quanto o indivíduo julga ter perdoado o ofensor, avaliado pela escala independente Item do Perdão.

Num esforço para tentar compreender esse resultado, retomemos algumas ideias: a noção de esquemas, a implicação da percepção da mágoa no processo de perdão, a definição de ofensa, e o processo de *reframing* (reenquadramento).

Em linhas gerais, os esquemas são sistemas de expectativas rígidas sobre si mesmo e o mundo, e envolvem um padrão amplo e global composto de memórias, emoções, cognições e sensação corporais. São desenvolvidos durante a infância ou a adolescência, devido ao não atendimento de necessidades emocionais básicas, e elaborados conforme a trajetória de vida das pessoas. Quando hiperativados acarretam um significativo grau de disfuncionalidade e uma resistência a mudanças, perpetuando-se (Landeira-Fernandez & Callegaro, 2007).

Young (2003) e Young et al. (2008) explicam ainda que eles podem ser vistos como estruturas de significado, que dirigem os processos cognitivos responsáveis pelo processamento das informações que nos chegam de diversos meios e situações. Metaforicamente falando, podemos compreender os esquemas como “filtros” que permitem que algumas informações sejam processadas, ao mesmo tempo em que impedem que outras sejam consideradas. Tal ideia é relevante para se pensar a percepção de mágoas, a manutenção do ressentimento, e mesmo a resolução da situação por meio do perdão.

Em se tratando da percepção da mágoa, conforme já mencionado, o grau de perdão interpessoal depende da intensidade da ofensa – como já apontaram as correlações negativas entre o grau de perdão e a intensidade da ofensa – e esta é influenciada não apenas pela mágoa objetivamente, mas também pela percepção que o indivíduo ofendido tem da situação (Enright & *The Human Development Study Group*, 1991; Subkoviak et al., 1995; Rique & Camino, 2010).

Em relação a isso podemos presumir que ao vivenciar uma situação de ofensa, o indivíduo extrai significado desse evento por intermédio de seus esquemas mais arraigados (ou remotos). É a partir dessa percepção mediada por essas formas particulares de enxergar o mundo e a si mesmo, que a pessoa interpreta uma ofensa como mais ou menos intensa ou danosa. A ofensa por seu turno, como evento ambiental que é, pode também ativar outros esquemas valentes para a pessoa.

A fim de explicar melhor essa ideia, podemos mencionar Snyder e Lopez (2007) que dizem que uma mágoa ou transgressão é um evento interpretado pelas pessoas como violações às suas expectativas e suposições sobre como elas, outras pessoas e o mundo “deveriam” ser ou funcionar.

É interessante notar que tais suposições ou expectativas que são infringidas podem ser compreendidas como as mesmas suposições rígidas sobre si mesmo e o mundo de que falam Landeira-Fernandez e Callegaro (2007) quando definem esquemas. Por essa razão, podemos supor que o que é violado numa ofensa é uma ideia ou pressuposto que alguém tem relação ao modo como deveria, ou espera ser tratado pelas demais ao longo de situações – expectativas estas que são ditadas pelo conteúdo de seus esquemas.

Indo mais além, podemos entender então que as expectativas quebradas na situação de mágoa representam então “novas” falhas no atendimento das mesmas necessidades emocionais básicas não supridas que levaram a formação dos esquemas. Em outras palavras, situações interpretadas como afronta podem ser aquelas que representam quebras de expectativas relacionadas ao atendimento de necessidades emocionais relacionadas aos esquemas que o indivíduo possui.

Conforme explicam Young et al. (2008, p. 48), “frequentemente nossos esquemas são ativados por situações de vida às quais somos supersensíveis – nossos ‘botões emocionais’”. Como cada pessoa tem um histórico de vida e aprendizagens singulares, a mesma situação

vivenciada por pessoas diferentes pode ser interpretada como mais ou menos perturbadora – ou mesmo como uma situação inócua – dependendo do tipo de esquemas que ela possui, e que estão mais atuantes ou sensíveis em sua personalidade.

Exemplificando, dada um evento negativo, este pode ser considerado como uma transgressão por uma pessoa porque sua expectativa de conexão e cuidado não foi cumprida; enquanto que para outra, a mesma situação pode representar a quebra de uma expectativa relacionada à autonomia. Ao passo que para outro indivíduo tal evento pode representar uma violação em sua expectativa de expressar seus desejos e ser considerado pelo outro. E assim por diante.

Resumindo o que foi dito até agora, se o grau de perdão é uma função da intensidade da ofensa, e a intensidade da ofensa depende do modo como o sujeito percebe a situação, podemos entender que os esquemas – enquanto filtros do processamento de informações – exercem influência nessa percepção. Os esquemas são ativados pela situação de mágoa, ao mesmo tempo em que, ativados, dirigem as percepções e interpretações subsequentes, e podem – dependendo de sua disfuncionalidade e centralidade na configuração de personalidade do sujeito – realimentar a percepção de dano ocasionado pela transgressão e contribuir para a manutenção do ressentimento, dificultando o processo de perdão.

Como discutido até aqui, diferentes configurações de esquemas conduzem a diferentes percepções de ofensa e suas consequências, e deste modo, a diferentes graus de perdão. Entretanto devemos considerar que não é apenas a *presença* de certos esquemas que irá determinar o modo como alguém interpreta as situações que vivencia. Por exemplo, não é somente porque um sujeito possui esquemas do domínio de limites prejudicados que ele irá *necessariamente* perceber uma situação como perturbadora ou ofensiva, e demonstrar indisposição para perdoar. A intensidade destes esquemas, ou sua disfuncionalidade, deve ser considerada. Conforme explicam Young et al. (2008), todos temos esquemas, adaptativos e

desadaptativos, entretanto alguns são mais valentes ou pronunciados que outros na estrutura de personalidade, de modo que são mais prontamente ativáveis ou energizáveis ao longo das situações cotidianas.

Considerando que no presente trabalho utilizamos um instrumento que mede a intensidade de esquemas desadaptativos – portanto, *disfuncionais* – podemos entender melhor a relação inversa observada entre a intensidade dos esquemas e o grau de perdão. Conforme já mencionado, quando muito ativados, os esquemas acarretam um grau de disfuncionalidade tal, que o indivíduo torna-se bastante resistente a mudanças em sua maneira particular de apreender o mundo – que inclui as outras pessoas, seus comportamentos, suas intenções, as condições em que a situação ocorreu, aspectos relativos ao próprio *self*, dentre outros fatores.

Segundo propõe Enright, perdoar envolve o processo de *reframing* – ou reenquadramento – como passo necessário para o perdão. De acordo com Enright e North (1998), durante este processo, o ofendido é estimulado a ver o ofensor num contexto mais amplo que aquele em que se deu a ofensa, na tentativa de construir uma imagem completa dele e de suas ações e motivações, considerando as pressões sob as quais se encontrava no momento da ação, e compreendendo a personalidade do transgressor como resultado de sua história particular de desenvolvimento. E não como algo inato, como se o sujeito fosse naturalmente “maldoso”.

Deste modo, através do processo de *reframing* o sujeito expande suas formas de significação quanto à transgressão, de modo que possa avaliar novas alternativas de interpretá-la e então responder a ela. Tendo em vista que perdoar envolve substituir atitudes negativas por outras mais conciliadoras, muitas vezes é necessário atentar para novas informações – sobre a afronta, sobre o ofensor e inclusive sobre si mesmo – que podem permitir à pessoa ofendida ampliar sua avaliação sobre a injustiça sofrida, ponderando sobre atenuantes para o comportamento do ofensor, ou mesmo considerando que ela própria pode

ter estado no papel de algoz e necessitado ou desejado o perdão de alguém, de modo que se torne flexível o suficiente para considerar o perdão como possibilidade.

Contudo, caso os esquemas do indivíduo estejam operando numa base mais contínua e ativa, o processo de perdão pode ser negativamente impactado já que a flexibilização – ou ampliação do “filtro” – de interpretação do indivíduo a respeito da situação e do ofensor está impossibilitada.

Diante do que foi dito, a importância que reside em conhecer os tipos de esquemas atuantes na organização de personalidade de alguém que está lidando com uma ofensa e envolvido no processo de perdão fica um pouco mais evidente. A seguir apresentamos de maneira mais específica a discussão das correlações negativas observadas entre os domínios de esquemas e a escala independente Item do Perdão.

### **A. Desconexão e rejeição**

Como já explicado na revisão teórica sobre esquemas, pessoas que quando crianças não tiveram suas necessidades de conexão e aceitação atendidas de maneira satisfatória podem se sentir rejeitadas e desenvolverem expectativas de que suas necessidades de segurança, carinho, e pertencimento (ou afiliação) não serão adequadamente supridas em seus relacionamentos correntes, adotando muitas vezes uma postura de desconfiança quanto as reais intenções das pessoas com as quais se relacionam (Young, 2003).

Considerando a relação deste domínio com a resposta de perdoar, os dados das correlações apontam para o fato de que quanto mais arraigadas estas expectativas ou temores para uma pessoa, menor o grau de perdão oferecido ao agente da ofensa.

As razões para esse relacionamento inverso entre o grau de perdão e a intensidade deste domínio e seus esquemas, podem ser verificadas ainda no período em que os esquemas



se estruturaram. Lembremo-nos de que, para esta classe de esquemas, o grupo familiar que deveria ser provedor de afeto, cuidado e atenção, muitas vezes mostrou-se emocionalmente frio, crítico, rejeitador e imprevisível – em outras palavras, pouco empático. Tais características podem estar na base do surgimento de mágoas ou ofensas, bem como alimentar a dificuldade que os indivíduos com esquemas deste domínio possam experimentar ao defrontar-se com situações que requeiram perdão, uma vez que o comportamento empático, que é especialmente importante neste processo – conforme sugerem Enright et al., 1998, Enright, 2008; McCullough, 2000, 2009; Newberg et al., 2001; Worthington, 1998, 2005 – pode não ter sido adequadamente aprendido no seio familiar.

De maneira mais específica, em se tratando dos esquemas do domínio que se correlacionaram com o Item do Perdão, os dados sugerem que o grau de perdão é menor à medida que o indivíduo: teme ser abandonado (esquema de abandono); se sente alheio ao grupo familiar ou social (esquema de isolamento social); e/ou percebe-se como inferior ou falho – e por esta razão, indigno de consideração pelos demais (esquema de defectividade).

Em se tratando do esquema de abandono, é provável que a percepção de que o vínculo com pessoas importantes e mais próximas – e que podem ser os agentes da ofensa em muitas situações – é instável ou pouco confiável leve o sujeito a experimentar maior dificuldade em perdoar por medo ou receio de que a ofensa possa se repetir.

Quanto ao esquema de isolamento, é possível que os sentimentos de não pertencimento que o indivíduo experimenta quando desenvolve esquemas neste domínio, acabem impedindo que ele se sinta integrado ao grupo familiar, ou mesmo vinculado ao grupo de amigos ou comunidade quando adulto a ponto de o aprendizado de comportamento empático continuar comprometido.

Além disso, a dificuldade em se vincular às pessoas pode implicar na ausência de relacionamentos significativos, e nesse caso, numa probabilidade diminuída de vivenciar e

lidar com situações de conflito e ofensa – que fazem parte da rotina dos relacionamentos, seja em família ou fora dela – de modo que o indivíduo não tem oportunidades para construir um repertório relativo ao perdão para lidar com esse tipo de demanda. Diante de situações de ofensa, pode ser que o sujeito consiga lançar mão apenas de comportamentos de evitação e afastamento do ofensor (comportamentos relacionados ao não perdão), uma vez que estas condutas são mais congruentes com o conteúdo do esquema de isolamento.

Ademais, o indivíduo com esquemas de isolamento pode não ter oportunidades de exercitar respostas de perdão mesmo em suas formas mais comuns e cotidianas, que poderiam servir de base para que formas de perdão mais elaboradas pudessem surgir, conforme sugerem McCullough et al. (2001).

Por fim, considerando o esquema de defectividade, que se caracteriza essencialmente pelo sentimento de que se é imperfeito e inferior – e por isso, indesejado e indigno de amor e atenção – podemos entender sua correlação negativa com o grau de perdão como um reflexo da hipersensibilidade a críticas, à rejeição e a constrangimentos que os indivíduos com este esquema disfuncional experimentam ao se relacionar com outras pessoas.

Conforme explicado anteriormente, o grau de perdão varia inversamente à intensidade da mágoa, e a intensidade da mágoa é determinada pela percepção da ofensa. Deste modo, podemos imaginar que para uma pessoa hipersensível a críticas haja uma propensão maior a sentir-se ofendida, já que isso aumenta a gama de situações que podem ser interpretadas como ofensas, mesmo aquelas aparentemente neutras, uma vez que o sujeito de certo modo já “espera” por alguma atitude depreciativa por parte dos demais.

Em outras palavras, o esquema dirige o processamento da informação de modo que o sujeito percebe com mais facilidade informações relacionadas a críticas presentes nas situações, ou ainda, distorce informações aparentemente neutras para que se coadunem ao seu esquema de defectividade (Young, 2003).

Além disso, em função dessa sensibilidade aumentada a julgamentos alheios, é possível que os danos da mágoa sejam vistos como mais intensos do que são na realidade. E ainda, caso o indivíduo conceitue o perdão como algo que envolve necessariamente reconciliação, é provável que por medo da repetição da ofensa, acabe optando por não perdoar, evitando desta maneira o restabelecimento do contato com alguém que foi ou ainda é potencialmente crítico.

### **B. Autonomia e desempenho prejudicados**

De modo geral, este domínio refere-se à incapacidade do indivíduo em separar-se das demais pessoas e funcionar independentemente e com um bom desempenho. Mais especificamente, indivíduos com esquemas deste domínio possuem expectativas sobre si mesmos e sobre o ambiente, que interferem no desenvolvimento de autonomia e competência (Young, 2003).

Em relação a si mesmos, acreditam serem incapazes e inaptos no que se refere a realizações – relacionadas às esferas profissional e pessoal – que a maioria das pessoas alcança. Em se tratando do ambiente (que inclui as demais pessoas), apreendem-no como potencialmente hostil e desafiador, diante do qual se veem vulneráveis e com cujas demandas se sentem incapazes de lidar satisfatoriamente como o fazem as demais pessoas (Young, 2003; Young et al., 2008).

Observando este domínio em relação ao perdão, os dados das correlações indicam que quanto mais intensificadas essas expectativas de incompetência dirigidas ao self (que podem indicar uma inabilidade para lidar com situações de conflito de maneira satisfatória) e de hostilidade em relação ao mundo (que pode indicar temores quanto à repetição da ofensa caso se perdoe), menor a probabilidade da resposta de perdão, ou de um perdão completo.

Para entender melhor essa relação inversa estabelecida entre o grau de perdão e a intensidade deste domínio de esquemas, podemos pensar inicialmente na influência da estrutura familiar.

Aqueles que desenvolvem esquemas neste domínio vêm de famílias marcadas de um lado, por superproteção, e por um funcionamento emaranhado, com limites muito difusos, e por outro, pela ausência de orientação e cuidado, de modo que a autoconfiança do indivíduo é minada ao longo de sua vida, impossibilitando um desenvolvimento pleno e satisfatório do próprio self como uma entidade separada das demais pessoas da família; e de habilidades importantes para se relacionar consigo mesmo (autopercepção de recursos e habilidades de *coping*, por exemplo) e com as demais pessoas.

No item 3.3, quando apresentamos algumas considerações sobre as bases evolutivas do comportamento de perdoar, mencionamos que Newberg et al. (2001) chamam a atenção para o fato de que, diante de situações de mágoa, parece haver um incremento na percepção do próprio self, de modo que a ofensa é percebida como um ataque direto e profundo ao self. Deste modo, para que uma ofensa seja percebida é preciso que haja antes a percepção da própria identidade, como algo único, singular e de valor, que é ultrajado ou avariado pelo ato do ofensor.

Assim, em indivíduos com esquemas do domínio de autonomia e desempenho prejudicados muito disfuncionais, é razoável supor que o funcionamento emaranhado que se estabelece inicialmente com a família, e posteriormente com outros significativos, por tornar os limites entre as “identidades” (ou *selves*) pouco claros, acabe impedindo que o sujeito perceba-se como uma pessoa singular, e deste modo, pode ser que ofensas não sejam devidamente percebidas quando ocorrem. De modo que, se não há ofensa percebida, não há ocasião para respostas relativas ao perdão.

Podemos tentar entender esse relacionamento inverso entre perdão e o presente domínio considerando também o esquema de fracasso, que foi o único esquema que evidenciou de maneira clara uma correlação também negativa com a medida de perdão.

Young (2003) explica que o esquema de fracasso assenta-se na crença de que se é falho como pessoa, e de que inevitavelmente se fracassará em situações vindouras, assim como na crença de ser fundamentalmente inadequado em relação aos iguais. Em muitos casos, envolve a ideia de que se é possuidor de menos *status* e sucesso do que os demais.

Conforme apresentado no item 3.4, quando se tratou dos aspectos motivacionais da resposta de perdão, ao manejarem seus sentimentos de dor e raiva algumas pessoas podem estar relutantes em lidar com possíveis riscos envolvidos no processo de perdão, sendo um deles, o medo de parecer fraco perante os demais (Baumeister et al., 1998; Exline & Baumeister, 2001). Tal situação pode estabelecer condições para que condutas de evitação, afastamento ou mesmo retaliação em relação ao ofensor – todas relativas ao não perdão – sejam mais prováveis ao se manejar situações envolvendo transgressões interpessoais.

Assim, é possível hipotetizar que o indivíduo com esquema de fracasso hiperativado opte por não perdoar por medo de parecer fraco, por receio de ter seu status – já percebido como reduzido – ainda mais diminuído perante seus iguais, especialmente se estes considerarem o perdão como uma característica de pessoas “moralmente” fracas, como é o caso naqueles contextos em que se valoriza a “defesa da honra”. Em outras palavras, supondo que o indivíduo utilize estratégias de evitação para lidar com seus esquemas, ele pode optar por respostas diferentes do perdão, pois o perdoar aqui apenas reforçaria a visão negativa que o sujeito intimamente possui de si mesmo.

Em relação a esse último apontamento, é interessante lembrar Enright et al. (1989) que explicam em seu modelo de desenvolvimento sócio-cognitivo de perdão baseado no modelo de desenvolvimento moral de Kohlberg, que o perdão é um processo que consiste numa

resposta moral que é influenciada pelo desenvolvimento sócio-cognitivo e moral de cada pessoa, de modo que indivíduos mais amadurecidos têm melhores condições de considerar o perdão como resposta, de maneira cada vez mais autônoma e congruente com suas próprias convicções.

No caso, podemos entender que uma pessoa com esquema de fracasso significativamente disfuncional pode não se beneficiar tanto do processo de perdão, por ainda encontrar-se em estágios desenvolvimentais mais básicos, como aquele em que o perdão é visto como resultado de uma expectativa social. Extrapolando essa ideia, podemos supor que o indivíduo não considera perdoar em função do ambiente ou a comunidade imediata não valorizar o perdão como habilidade para lidar com situações de conflito.

Outro risco que a comunicação do perdão pode envolver e que pode estar relacionado ao esquema de fracasso e ao domínio aqui discutido, é o medo de que a transgressão se repita (Exline & Baumeister, 2001). Devido à crença de que se é incompetente e vulnerável, e de que o ambiente é uma fonte de desafios não manejáveis, para alguns, perdoar pode significar tornar-se (mais) vulnerável, abrindo precedentes para futuras ofensas.

E por fim, há ainda o receio de que ao perdoar o ofensor haja a suspensão dos benefícios concedidos e mantidos pelo status de vítima (Exline & Baumeister, 2001). Em muitas ocasiões, estar na condição de pessoa ofendida representa a presença de suporte e atenção dos demais. Tais recursos são muitas vezes desejáveis por parte de alguém que acredita ser inapto e incompetente, e que não possui repertórios adequados para funcionar independentemente.

### C. Orientação para o outro

As principais características de indivíduos que possuem esquemas deste domínio relacionam-se a uma dificuldade significativa em comunicar suas necessidades, desejos, vontades e emoções principalmente por medo de que as pessoas possam responder a isso de modo negativo por meio de retaliação ou mesmo retirada do afeto. Por essa razão, acabam suprimindo suas necessidades, ao mesmo tempo em que procuram atender frequentemente às expectativas dos outros, conferindo-lhes, por vezes, o controle sobre suas atitudes (Young, 2003).

Do mesmo modo como ocorreu com os domínios anteriores, este grupo de esquemas também se correlacionou negativamente com a medida de perdão, indicando que quanto mais intensos os esquemas deste domínio menor é o grau de perdão oferecido pelo sujeito. Ou seja, quanto mais o indivíduo é dirigido para o atendimento excessivo das necessidades de outras pessoas em detrimento de suas próprias, e quanto mais o indivíduo engaja-se em comportamentos visando exclusivamente à busca de aprovação por parte de outros, menor é a probabilidade de que ele se envolva no processo de perdão.

Podemos nos voltar mais uma vez para particularidades relativas à base familiar que influenciaram a formação dos esquemas, para compreender esse relacionamento negativo estabelecido entre o grau de perdão e a intensidade deste domínio.

Assim como no domínio anterior, talvez aqui também caiba considerarmos a possibilidade de que um self pouco desenvolvido (ou autêntico) e a tendência a delegar aos outros o controle do próprio comportamento sejam fatores que possam explicar em parte um baixo grau de perdão. Nesse domínio, os cuidadores condicionam suas atitudes de amor e cuidado, de modo que o indivíduo acaba tendo que inibir características do próprio self para conseguir amor, atenção e aprovação.

Inicialmente podemos supor que essa inibição da própria identidade possa dificultar a percepção de ofensas quando estas surgem em alguma situação. Embora isso possa soar estranho à primeira vista, se pensarmos que o esquema refere-se a entendimentos fundamentais que as pessoas têm a respeito de si mesmas, e que ele direciona a maneira como elas interpretam as situações que vivenciam, podemos entender que para alguém com uma forte orientação para o outro, há uma crença nuclear generalizada de que se é uma pessoa sem valor e cujas vontades e o próprio bem-estar são irrelevantes para os outros.

Diante disso, considerando que há um conteúdo relacionado à “auto sacrifício” neste domínio de esquemas, mesmo quando a ofensa é percebida como tal, dependendo da disfuncionalidade dos esquemas do domínio, é possível que o indivíduo acabe minimizando as consequências da transgressão como forma de lidar com a situação, evitando assim sentir-se egoísta – o que seria desagregador para o sujeito.

Em outras palavras, como a orientação é dirigida primariamente para os outros, o indivíduo pode experimentar culpa já que para ele, ao avaliar a situação a partir de seus esquemas, talvez o ato de “considerar-se ofendido” seja percebido como uma atitude pouco altruísta, já que ser alvo de uma ofensa pode torna-lo foco de atenção dos demais. E conforme explicam Young et al. (2008), pessoas com tendência a se auto sacrificar se sentem desconfortáveis quando recebem atenção dos demais.

Por outro lado, considerando que o esquema de subjugação demonstrou uma correlação negativa com a medida de perdão, atender frequentemente as necessidades dos outros quando se gostaria de poder suprir também as suas próprias vontades é por si só uma fonte potencial de mágoa.

Conforme explicam Young et al. (2008), é muito difícil para uma pessoa subjugar-se excessivamente e nunca experimentar raiva ou ressentimento. Nesse caso, embora o indivíduo possa tentar conter a escalada da raiva, é possível que ela acabe sendo manifesta diretamente



ou por meio de comportamento passivo-agressivo – atitudes incompatíveis com o processo de perdão, por mais que experimentar raiva perante a transgressão seja um direito do indivíduo.

Explicado de outro modo, o ressentimento que emerge da constante subjugação pode manter atitudes de ruminação em relação à ofensa e seus aspectos, realimentando a mágoa, a percepção de quão intensa ela foi, e de possíveis fantasias relativas à retaliação. E em relação a isso, McCullough et al. (1998), McCullough (2000) e McCullough, Bono e Root (2007) nos explicam que a tendência à ruminação é um componente que exerce um efeito inibitório sobre o sistema motivacional que sustenta as condutas envolvidas na atitude de perdoar.

#### **D. Limites prejudicados**

Chegamos, enfim, ao último domínio que evidenciou uma correlação negativa com a medida de perdão. Pessoas com esquemas neste domínio demonstram problemas em respeitar os direitos alheios, cooperarem, e dificuldade em autocontrolar-se seja para cumprir objetivos de longo prazo, ou mesmo para regular a expressão adequada de seus impulsos e emoções (Young, 2003; Young et al., 2008). Os dados das correlações sugeriram que quanto mais acentuadas tais características, menor o grau de perdão reportado pelo sujeito.

Em algumas situações, pessoas com esquemas neste domínio mostram-se excessivamente competitivas ou dominadoras em relação aos outros, na tentativa de afirmar o próprio poder, obrigando os demais a acatarem o seu ponto de vista, ou controlar-lhes o comportamento de acordo com os seus desejos, sem empatia ou preocupação com as necessidades ou sentimentos alheios, de modo que tais indivíduos são considerados “narcisistas” (Young, 2003; Young et al., 2008).

Em relação a isso, Emmons (2001) nos conta sobre achados empíricos que sugerem que os traços narcisistas inibem o perdão. Isso é observado especialmente em pesquisas que

estudam a presença de fantasias sobre vingança – pensamentos e imagens que as pessoas têm quando tentam lidar com circunstâncias estressantes. O autor explica que:

Indivíduos narcisistas parecem carecer de muitas capacidades requeridas para perdoar. Em função de suas experiências infantis precoces, as habilidades internas necessárias para regular impulsos e afetos; para desenvolver estratégias para resolução efetiva de conflitos; e um senso de competência bem sucedido ao defrontar-se com problemas interpessoais, estão indisponíveis. (p.166)

Tais colocações são sustentadas também por Exline, Baumeister, Bushman, Campbell e Finkel (2004) que explicam que o narcisismo é uma barreira ao perdão, e apresenta-se como um preditor distinto e robusto para o não perdão, que envolve a manutenção do ressentimento, atitudes de evitação e mesmo ações mais explícitas de retaliação.

Apoiando também estas colocações, Young et al. (2008) explicam que pessoas narcisistas comportam-se como merecedores de privilégios especiais, geralmente para hipercompensar sentimentos subjacentes de defectividade e privação emocional – esquemas do domínio de desconexão e rejeição – e devido a isso, podem sentir-se facilmente injustiçadas ou magoadas.

Considerando que pessoas com traços narcisistas apresentam dificuldade em controlar a expressão de impulsos e emoções – como a raiva, por exemplo – parece mais provável que procurem revanchear em vez de perdoar, já que o processo de perdão envolve também manejar a raiva de modo a prevenir que mais danos sejam causados.

Além disso, conforme já mencionado, o comportamento empático é especialmente relevante no processo de perdoar (Enright et al., 1998, Enright, 2008; McCullough, 2000, 2009; Newberg et al., 2001; Worthington, 1998, 2005). Entretanto, indivíduos com características narcisistas carecem também desse tipo de conduta. Worthington (1998)

inclusive enfatiza que o perdão é a resposta natural à empatia, que por sua vez encontram-se do lado oposto ao espectro narcisista.

Além disso, Enright e North (1998) explicam que quando as pessoas estão envolvidas no processo de perdão, elas passam por certas fases que requerem alguma disposição em empatizar com o ofensor, considerando-o num contexto mais amplo, a fim de que informações atenuantes possam ser consideradas. Visando o mesmo objetivo, em outros momentos é interessante que o indivíduo engajado na tarefa de perdoar relembre-se de situações em que ele próprio necessitou ser perdoado, o que ajudaria a estimular a compaixão e boa vontade em relação ao ofensor.

Contudo, quanto à questão de recordar uma situação em que se necessitou ser perdoado, é razoável supor que indivíduos com traços narcísicos pouco se beneficiarão deste exercício. Dada à característica de arrogo e orgulho, e imaginando situações em que eles são ofensores, pode-se supor que dificilmente pedirão perdão à pessoa que ofenderam. Primeiramente por não perceberem, muitas vezes, que cometeram alguma injustiça – já que se acham no direito de sobrepujar as necessidades alheias. E segundo, pelo fato de que pedir perdão pode ser compreendido por eles como admitir-se errado ou culpado, o que não estaria de acordo com sua condição de ser alguém especial, a quem não se aplicam regras convencionais.

Por fim, devemos considerar a questão da dificuldade experimentada por pessoas com esquemas deste domínio em autocontrolar-se para cumprir objetivos de longo prazo, e para regular a expressão adequada de seus impulsos e emoções. Sugerimos isso, especialmente porque o esquema de autocontrole insuficiente, ao qual tais características se referem, apresentou uma correlação negativa com a medida de perdão.

Deste modo, podemos supor que o perdão torna-se menos provável diante de tal esquema, pois, como perdoar é um processo que se concretiza no tempo, ele pode ser

encarado como uma meta de longo prazo, que exige controle de impulsos – como os relacionados à vingança ou à retaliação, por exemplo. Além do mais, para um indivíduo com problemas em tolerar o desconforto, como é o caso dos sujeitos aqui descritos, revanchear diante de uma afronta pode ter resultados mais imediatos na diminuição do desconforto associado à mágoa, enquanto perdoar, por demandar tempo, acaba exigindo maior tolerância aos aspectos negativos relacionados à afronta.

## 8. CONSIDERAÇÕES SOBRE O BAIXO GRAU DE “PERDÃO AFETIVO”

Dentre as questões que surgiram ao longo desta pesquisa, uma que chamou atenção diz respeito ao fato de os participantes terem reportado baixos níveis de perdão afetivo. Quanto a isso, talvez algumas ideias propostas pela teoria que embasa a Terapia do Esquema possam ajudar a explicar essa questão.

Conforme mostraram os resultados da EFI, pareceu mais fácil para os participantes desta pesquisa alterar seus pensamentos (seja deixando de sustentar julgamentos negativos, assim como elaborando julgamentos mais positivos) e comportamentos (deixando de se afastar ou buscando aproximar-se do ofensor) em relação ao ofensor, do que modificar seus sentimentos.

Em relação a este ponto, já foram apresentadas anteriormente algumas hipóteses que podem explicar essa aparente predominância do domínio cognitivo no processo de perdoar, dentre elas: a questão do *reframing* (reenquadramento), proposto por Enright e North (1998) em seu modelo de perdão e que diz respeito ao reenquadramento da percepção da ofensa e do ofensor e que precede os esforços direcionados para mudança emocional que inclui o exercício de empatia e de misericórdia em relação ao ofensor; e a ideia de que há duas formas complementares de perdão – decisional e emocional – proposta por Worthington (2005), que explica que antes que uma alguém experimente um perdão emocional (com alterações importantes nos sentimentos em relação ao ofensor) é preciso que haja um perdão decisional, no qual se decide efetivamente iniciar o processo de perdoar, e que pode ser encarado como uma mudança cognitiva (ou como uma mudança na maneira de ser perceber o ofensor e a ofensa).

Assim, os autores do campo parecem atribuir relevância à mudança cognitiva como um passo importante para que as mudanças nas demais esferas possam ocorrer. Dito de outro

modo, a modificação no modo como o indivíduo processa as informações cognitivas sobre ofensor e ofensa é um trabalho fundamental quando se busca promover o perdão, e ao que tudo indica, é uma tarefa mais fácil de realizar do que a alteração de aspectos emocionais.

Em relação a essa dificuldade em mudar aspectos emocionais, talvez possamos compreendê-la melhor nos atentando para alguns aspectos biológicos relacionados ao processamento de informação emocional, ou mais especificamente aos sistemas cerebrais envolvidos no condicionamento de situações aversivas.

Young et al. (2008), quando explicam sobre a biologia dos esquemas desadaptativos, nos dão informações muito interessantes. Os autores explicam que:

Os mecanismos cerebrais que registram, armazenam e recuperam memórias de importância emocional de algum evento diferem dos mecanismos que processam memórias e cognições conscientes sobre o mesmo evento. A amígdala armazena a memória emocional, enquanto o hipocampo e o neocórtex armazenam a memória cognitiva. As respostas emocionais podem ocorrer sem a participação de sistemas de processamento superior do cérebro, envolvidos no processamento, no raciocínio e na consciência. (p. 39)

Assim, o fato de aspectos emocionais e cognitivos das experiências traumáticas que vivenciamos serem processados por diferentes sistemas cerebrais pode explicar a impossibilidade ou dificuldade de se alterarem os esquemas – ou seja, percepções ou modos de se interpretar algo e que também envolvem aspectos emocionais – por meio de métodos cognitivos simples. Além disso, os autores ainda explicam que as memórias emocionais processados pelo sistema amigdaliano parecem ficar permanentemente gravadas (Young et al., 2008).

Pensando em tais colocações no contexto do processo de perdão – que envolve mudanças cognitivas, comportamentais e afetivas – é possível imaginar que uma redução nos julgamentos e comportamentos negativos possa ocorrer muitas vezes, quase que de forma natural, à medida que o tempo passa; ou ocorrer de forma mais pronunciada, com a edificação de julgamentos e comportamentos mais positivos, se o sujeito decide se envolver no processo de perdão. Entretanto, considerando os aspectos emocionais, em função da maneira como estes são processados e consolidados na memória pela amígdala, é possível supor que dificilmente eles serão alterados ou reduzidos sem um esforço mais intenso do sujeito ou mesmo sem uma intervenção profissional mais específica e planejada.

Concluindo, ao longo da discussão apresentada numa seção anterior sugerimos que as situações de ofensa podem representar quebras de expectativas relacionadas ao atendimento de necessidades emocionais vinculadas aos esquemas, de modo que uma mágoa pode ativar os esquemas mais proeminentes na estrutura de personalidade do sujeito. E conforme nos explicam Young et al. (2008), os esquemas são ligados a altos níveis de afeto, de maneira que quando são ativados são acompanhados por uma excitação emocional intensa.

Então, ao responder ao questionário sobre a mágoa, em que o sujeito é orientado a focalizar sua atenção na mágoa e no ofensor – e responder sobre o que pensa, sente e como se comporta em relação ao transgressor atualmente – é possível que tal exercício ative memórias, emoções e sensações associadas à situação de mágoa, ativando certos esquemas. Com a ativação de esquemas neste momento, níveis de afeto negativo podem ser eliciados, e serem reportados de modo mais intenso nas respostas do participante.

## **9. CONSIDERAÇÕES SOBRE O PROCESSO DE PERDÃO E A TERAPIA DO ESQUEMA**

Quando foram apresentadas as justificativas para a execução desta pesquisa, um dos pontos levantados relacionava-se ao fato de que tentativas de aproximações mais sistemáticas entre estudos sobre perdão e a Terapia Cognitivo-Comportamental parecem ser relativamente raras na abordagem, em especial no Brasil.

Além disso, pontuamos que Jeffrey Young, o principal proponente da Terapia do Esquema – uma das modalidades de TCC atualmente – aponta o perdão, direcionado especialmente aos pais ou cuidadores do sujeito quando este ainda era criança, como um passo importante e que contribui para a “cura” dos esquemas desadaptativos. De modo geral, nessa perspectiva terapêutica o perdão contribuiria para a modificação dos esquemas.

Na seção anterior, quando apresentamos algumas considerações a respeito da dificuldade observada nos participantes desta pesquisa em perdoar afetivamente, supomos que tal dificuldade esteja relacionada ao fato de o processamento de memórias emocionais ser realizado por estruturas cerebrais diferentes daquelas que lidam com memórias cognitivas ou o “pensamento consciente”. Além disso, sugerimos com base em Young et al. (2008), que uma vez que tais estruturas, em especial a amígdala, parecem gravar tais memórias afetivas de maneira indelével, o máximo que se pode fazer em relação a elas, é aumentar o controle consciente – a nível cortical – de modo que se possa regular melhor a expressão de tais memórias.

A partir dessas ideias, acreditamos ser possível afirmar que a terapia baseada na avaliação e modificação de EIDs proposta por Young (Young & Klosko, 1994; Young, 2003; e Young et al., 2008) possui grande potencial para intervenções que visem à promoção do perdão, especialmente porque esta modalidade de psicoterapia atribui grande importância ao



trabalho com técnicas vivencias e emocionais, que juntamente com a reestruturação cognitiva e comportamental, podem propiciar ao sujeito uma consciência maior sobre suas memórias, emoções e sensações corporais associadas a seus esquemas, aumentando assim seu controle consciente sobre os mesmos, interrompendo desta maneira a perpetuação do esquema, e potencializando sua mudança para algo mais adaptado e funcional. Especificamente, acreditamos que a terapia do esquema possa contribuir de modo relevante para a regulação do componente emocional da atitude de perdoar.

Como se vê, diante dessas colocações, parece-nos que a modificação dos esquemas (por meio da Terapia do Esquema) está mais para algo que pode auxiliar no processo de perdão, do que para uma intervenção que é beneficiada pela promoção do perdão, conforme Young e Klosko (1994) nos fazem crer em seu livro *Reinventing Your Life*.

Além disso, os resultados relativos às correlações entre a medida de perdão e os EIDs apontam para a questão da disposição ou grau de perdão do indivíduo ser menor diante de intensidades mais altas dos esquemas. Assim, diríamos que é preciso que os esquemas sejam modificados – tornados mais funcionais – para que então as pessoas vejam-se capazes de perdoar. Entretanto, essa ideia parece demandar um pouco mais de análise. Devemos considerar o seguinte: Young e Klosko (1994) falam de perdão aos pais e cuidadores em sua proposta interventiva, mas na pesquisa aqui realizada, os participantes reportaram lidar com ofensores que não se limitaram a pais ou cuidadores. Dos 41 participantes, apenas nove lidaram com ofensas perpetradas por agentes dessa categoria. Deste modo, os resultados aqui encontrados não podem ser considerados suficientes para debater a proposição interventiva dos autores. Fica, portanto, como indicação para futuras pesquisas, que se procure avaliar a questão do perdão em amostras de pessoas que vivenciaram ofensas provocadas apenas por pais ou cuidadores.

Mas ainda assim, acreditamos que os resultados desta pesquisa apontam para um relacionamento mais dinâmico (mutuamente influente) entre o processo de perdão e a “cura” de esquemas, que estabelece algo como um “círculo virtuoso” em que esquemas mais funcionais conduzem ao perdão, que por sua vez contribui para um funcionamento mais positivo e saudável do indivíduo, que deste modo tem um potencial maior para desenvolver esquemas mais adaptados.

Deste modo, parece ser necessário que haja certo grau de funcionalidade nos esquemas para que o processo de perdão possa ser considerado e levado adiante. Ao mesmo tempo, ser capaz de perdoar, em especial os cuidadores e os pais é uma atitude importante para um enfrentamento mais adequado e satisfatório dos esquemas, pois representa algo como a “libertação” do indivíduo em relação ao seu passado marcado por experiências deletérias, que constantemente se fazem presentes na forma de seus esquemas desadaptativos – que Young e Klosko (1994) acertadamente denominaram de “armadilhas da vida”<sup>7</sup>.

---

<sup>7</sup> “*Lifetraps*”

## 10. CONSIDERAÇÕES FINAIS

De maneira geral, os resultados produzidos por esta pesquisa ampliam o conhecimento atual que se tem em relação ao processo de perdão em si, bem como a respeito de sua interface com as estruturas cognitivas denominadas esquemas, que têm um importante papel na organização da personalidade do ponto de vista da abordagem conhecida como Terapia do Esquema.

Em se tratando dos resultados referentes à Escala de Atitudes para o Perdão (EFI), assim como em outros estudos que utilizam a mesma escala, foram verificadas correlações positivas das subescalas de comportamento, julgamento e afeto, entre si, e com o escore total da EFI, assim como com a escala independente Item do Perdão. Essa correlação entre as subescalas e o escore total pode ser explicada pelo fato de que a escala é baseada na proposição teórica em que o perdão é compreendido como uma atitude constituída por fatores comportamentais, cognitivos e afetivos positivos e negativos que se integram.

Foi verificado também que o escore total da EFI e do Item do Perdão correlacionaram-se positivamente, enquanto que a escala de desejabilidade social não apresentou correlações significantes com nenhuma das duas medidas. Estes resultados indicaram que as respostas dos participantes desta pesquisa não foram influenciadas por uma tendência a responder de maneira socialmente abonadora; enquanto aquele ofereceu suporte para a validade de construto da EFI.

Considerando a medida de intensidade da ofensa, foi observada uma correlação negativa desta variável com as medidas de perdão, indicando que o grau de perdão foi tanto menor quanto maior a intensidade percebida da mágoa. Tais resultados vão também ao encontro daqueles encontrados em outras pesquisas em que o mesmo instrumento foi empregado.

Com respeito à intensidade do perdão propriamente, a média do grau de perdão dos participantes foi de 266 pontos (numa escala que varia de 60 a 360 pontos), sendo que mais da metade da amostra (61%,  $n = 25$ ) reportou graus de perdão superiores à média. De modo geral, podemos considerar que os “perdoadores” aqui estudados expressaram graus de perdão consideravelmente elevados. Convertido numa escala de 100 pontos, o escore de 266 estaria localizado na posição 88!

De maneira mais específica, em se tratando dos graus de perdão medidos pelas subescalas, os resultados mostraram que a amostra expressou o perdão mais intensamente pela via cognitiva. O grau de perdão afetivo permaneceu significativamente menor que o grau de perdão comportamental e cognitivo. Estes resultados também se mostraram de acordo com outras pesquisas (p.e. Subkoviak et al. ,1995; Sarinopoulos, 1996, 1999; e Rique & Camino, 2010) que indicavam que é mais difícil para as pessoas perdoar afetivamente.

Considerando o objetivo principal desta pesquisa, que consistiu em analisar a relação entre a intensidade dos esquemas iniciais desadaptativos e a disposição para o perdão em uma amostra de adultos, os resultados mostraram correlações negativas entre a medida de perdão utilizada como variável critério (Item do Perdão) e quatro dos cinco domínios de esquemas propostos por Young (2003), a saber: desconexão e rejeição, autonomia e desempenho prejudicados, orientação para o outro, e por fim, o domínio de limites prejudicados.

Deste modo, os padrões de correlações verificados neste trabalho indicaram que a probabilidade de que os participantes perdoassem de forma completa seus ofensores era menor à medida que apresentassem maior intensidade nestes domínios e seus esquemas.

A partir desse resultado considerou-se que sendo o grau de perdão uma função da intensidade da ofensa – conforme afirmam alguns autores estudiosos do campo do perdão – e a intensidade da ofensa algo que depende do modo como o sujeito percebe a situação, podemos entender que os esquemas – enquanto filtros do processamento de informações –

exercem influência nessa percepção. Os esquemas são ativados pela situação de mágoa, ao mesmo tempo em que, ativados, dirigem as percepções e interpretações subsequentes, e podem – dependendo de sua disfuncionalidade e centralidade na configuração de personalidade do sujeito – realimentar a percepção de dano ocasionado pela transgressão e contribuir para a manutenção do ressentimento, dificultando o processo de perdão.

Por fim, esperava-se encontrar correlações negativas entre todos os domínios e a medida de perdão, o que não foi verificado para o domínio de supervigilância e inibição, em relação ao qual não foi observado nenhum tipo de correlação significativa.

Entretanto, “ausência de evidência não significa evidência de ausência”<sup>8</sup>, de modo que a ausência de correlações deste domínio com a medida de perdão não precisa ser encarada como indicação de que tal domínio não se relaciona com variáveis ligadas ao perdão. Isso pode ser dito, pois o domínio de supervigilância e inibição correlacionou-se com outros domínios (desconexão, autonomia prejudicada e orientação para o outro) que mostraram correlações negativas com a medida de perdão. Ademais, é possível que se a amostra fosse maior, se pudesse ter observado de modo mais claro como este domínio de esquemas se comporta em relação à medida de perdão.

Este último comentário nos leva a apontar algumas limitações desta pesquisa, que podem ser corrigidas em futuras investigações. Uma delas é de fato a quantidade relativamente pequena de sujeitos que compôs a amostra, de modo que se deve ter prudência na generalização dos resultados e conclusões produzidos por este estudo.

Além disso, a composição da amostra se deu praticamente de universitários e jovens adultos, que por serem participantes mais disponíveis para pesquisas, acabam compondo grande parte das amostras de estudos no campo do perdão, e mesmo de personalidade, o que

---

<sup>8</sup> “*Absence of evidence does not mean evidence of absence*” (Carl Sagan)

pode acabar privando os pesquisadores de encontrar resultados que reflitam a “realidade” externa ao *setting* de pesquisa de um modo mais multidimensional.

Outra limitação observada nesta pesquisa refere-se ao fato de não se ter estipulado critérios de inclusão ou exclusão de participantes no que se refere aos tipos e agentes de ofensa. Em se pensando em futuras pesquisas que busquem compreender mais sobre a relação entre EIDs e o processo de perdão, pode ser interessante incluir como participantes apenas aquelas pessoas que sofreram algum tipo de ofensa cometida por seus pais ou cuidadores.

No mesmo sentido, talvez seja interessante investigar a relação esquemas/perdão numa amostra comprovadamente clínica, o que poderia produzir *insights* ainda mais interessantes para o trabalho psicoterápico, tanto para aquele que tem a promoção do perdão como objetivo principal, quanto para aquele que utiliza o processo de perdão como uma “ferramenta” para facilitar a mudança do paciente engajado em outros objetivos.

Enfim, tais limitações reforçam a necessidade de novos estudos, mas não invalidam os resultados encontrados nesta pesquisa. Embora modestos, eles ajudam a expandir – mesmo que minimamente – o conhecimento que se tem hoje a respeito do processo de perdão e sua relação com os esquemas iniciais desadaptativos. Ao mesmo tempo, contribuem com o florescimento e fortalecimento do campo de estudos sobre perdão interpessoal, que em solo nacional começa a dar seus primeiros passos.

## REFERÊNCIAS

- Allemand, M., Job, V., Christen, S., & Keller, M. (2008). Forgiveness and Action Orientation. *Personality and Individual Differences, (45)*, 762-766.
- Aquino, K., Tripp, T. M., & Bies, R. J. (2001). How employees respond to personal offense: The effect of blame attribution, victim status, and offender status on revenge and reconciliation in the workplace. *Journal of Applied Psychology, 86*, 52-59.
- Axelrod, R. (1980a). Effective choice in the Prisoner's Dilemma. *Journal of Conflict Resolution, (24)*, 3-25.
- Axelrod, R. (1980b). More effective choice in the Prisoners' Dilemma. *Journal of Conflict Resolution, (24)*, 379-403.
- Baumeister, R. F., Exline, J. J., & Sommer, K. L. (1998). The victim role, grudge theory, and two dimensions of forgiveness. In E. L. Worthington, Jr. (Ed.), *Dimensions of forgiveness: Psychological research & theological perspectives* (pp. 79-104). Radnor, PA: Templeton Foundation Press.
- Beck, A. T. (1967). *Depression: causes and treatment*. Philadelphia: University of Pensilvania Press.
- Beck A. T., Freeman A. & Davis D. D. (2005) *Terapia Cognitiva dos Transtornos de Personalidade*. 2ª Ed. Porto Alegre: Artmed.
- Bigras, M. & Dessen, M. A. (2002). O Método Q na avaliação psicológica: utilizando a família como ilustração. *Avaliação Psicológica, (1)2*, 119-131.
- Boon, S. D. & Sulsky, L. M. (1997). Attributions on blame and forgiveness in romantic relationships: A policy-capturing study. *Journal oh Social Behavior and Personality,(12)*, 19-44.
- Callegaro, M. M. & Landeira-Fernandez, J. (2008). Pesquisas em Neurociência e suas implicações na prática psicoterápica. Em A. V. Cordioli (ed.) (2008), *Psicoterapias: Abordagens Atuais* (pp. 851-872). Porto Alegre: Artmed.
- Casarjian, R. (1992). *O livro do perdão: o caminho para o coração tranquilo*. São Paulo: Rocco.
- Catania, C. (1999). *Aprendizagem: comportamento, linguagem e cognição*. (D. G. de Souza, trad.) Porto Alegre: Artmed. (Trabalho original publicado em 1998).
- Cazassa, M. J. (2007). *Mapeamento de Esquemas Cognitivos: Validação da Versão Brasileira do Young Schema Questionnaire – Short Form*. Dissertação de Mestrado, Programa de Pós Graduação em Psicologia, Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande Do Sul.
- DiBlasio, F. A. (1998). The use of decision-based forgiveness intervention within intergenerational family therapy. *Journal of Family Therapy, 20*, 77-94.

- Du Cange, C. D. F. (1850). *Glossarium Mediae et Infimae Latinitatis*. [On line]. Disponível: <http://ducange.enc.sorbonne.fr/PERDONARE>. Recuperado em 29 de março de 2010.
- Elder, J. W. (1998). Expanding our options: the challenge of forgiveness. In R. D. Enright & J. North (Eds.), *Exploring forgiveness* (pp. 150-161). Madison: University of Wisconsin Press.
- Emerson, J. G, Jr. (1964). *The dynamics of forgiveness*. Philadelphia: Westminster Press.
- Emmons, R. A. (2001). Personality and Forgiveness. In M. E. McCullough, K. I. Pargament, & C. E. Thoresen (eds.), *Forgiveness: Theory, research, and Practice* (pp. 156-175). New York: Guilford Press.
- Enright, R. (2008). *O Poder do perdão*. Cruz Quebrada: Estrela Polar.
- Enright, R. D., Santos, M. J. D., & Al-Mabuk, R. (1989). The adolescent as forgiver. *Journal of Adolescence*, (12), 99-110.
- Enright, R. D., & The Human Development Study Group. (1991). The moral development of forgiveness. In W. Kurtines & J. Gewirtz (Eds.). *Handbook of moral behavior and development*, Vol.1, 123-152. Hillsdale, N. J.: Erlbaum.
- Enright, R. D., Gassin, E. A., & Wu, C. (1992). Forgiveness: a developmental view. *Journal of Moral Education*, (21), 99-114.
- Enright, R. D., & The Human Development Study Group (1994). Piaget on the moral development of forgiveness: identity or reciprocity? *Human Development*, (37), 63-80.
- Enright, R. D., & Coyle, C. T. (1998). Researching the process model of forgiveness within psychological interventions. In E. L. Worthington (Ed.), *Dimensions of Forgiveness: psychological research and theological perspectives*. Radnor, PA: Templeton Foundation Press.
- Enright, R. D., Freedman, S., & Rique, J. (1998). The Psychology of Interpersonal Forgiveness. In Enright, R. D. & North, J. (Editors) *Exploring Forgiveness* (pp. 46-62). Madison: University of Wisconsin Press.
- Enright, R. D. & North, J. (Eds.). (1998). *Exploring Forgiveness*. Madison: University of Wisconsin Press.
- Enright, R. D., & Fitzgibbons, R. P. (2000). *Helping clients forgive: An empirical guide for resolving anger and restoring hope*. Washington DC: APA Books.
- Enright, R. D., & Rique, J. (2001). *The Enright Forgiveness Inventory: User's Manual*. MindGarden Press. <http://www.mindgarden.com/products/efins.htm>
- Exline, J. J., & Baumeister, R. F. (2001). Expressing forgiveness and repentance: Benefits and barriers. In M. E. McCullough, K. I. Pargament, & C. E. Thoresen (Eds.), *Forgiveness: Theory, research, and practice* (pp. 133-155). New York: Guilford Press.



- Exline, J. J., Baumeister, R. F., Bushman, B. J., Campbell, W. K., & Finkel, E. J. (2004). Too Proud to Let Go: Narcissistic Entitlement as a Barrier to Forgiveness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 87(6), 894–912.
- Fava, V. M. D., & Abreu-Rodrigues, J. (2007). Ponto Final: Uma questão de escolha e de sorte. Em A. K. C. Rangel de-Farias & M. R. Ribeiro (Orgs). *Skinner vai ao Cinema*. Santo André: ESETEC.
- Ferreira, A. B. H. (2009). *Novo Dicionário Aurélio da Língua Portuguesa*. Editora Positivo.
- Fitzgibbons, R. P. (1986). The cognitive and motive uses of forgiveness in the treatment of anger. *Psychotherapy*, (23), 629- 633.
- Flanigan, B. (1998). Forgiveness and the unforgivable. In Enright, R. D. & North, J. (Editors) *Exploring Forgiveness* (pp. 95-105). Madison: University of Wisconsin Press.
- Freedman, S., & Enright, R. D. (1996). Forgiveness as intervention goal with incest survivors. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, (64), 983-992.
- Gahagan, J. P. & Tedeschi, J. T. (1968). Strategy and the credibility of promises in the Prisoner's Dilemma game. *Journal of Conflict Resolution*, (12), 224-234.
- Geschwind, N. (1965). Disconnexion syndromes in animal and man. *Brain*, 88, 585-644.
- Girard, M., & Mullet, É. (1997). Propensity to forgive in adolescents, young adults, older adults and elderly people. *Journal of Adult Development*, (4), 209-220.
- Gouveia, V. V., Costa, J. M., Araújo, L. B. U., Gouveia, R. S. V., Medeiros, E. D., & Gonçalves, M. P. (2009). Disposição para perdoar, desejabilidade social e religião: um estudo Correlacional. *Revista Bioética*, 17 (2), 297 – 308.
- Gordon, K. C., Baucom, D. H., & Snyder, D. K. (2001). The use of forgiveness in marital therapy. In M. E. McCullough, K. I. Pargament, & C. E. Thoresen (eds.), *Forgiveness: Theory, research, and Practice* (pp. 203-227). New York: Guilford Press.
- Horai, J., Lindskold, S., Gahagan, J. P., & Tedeschi, J. T. (1969). The effects of conflict intensity and promisor credibility on a target's behavior. *Psychonomic Science*, 14, 73-74.
- Kohlberg, L. (1976). Moral stages and moralization: the cognitive-developmental approach. In T. Lickona (Ed.), *Moral development and behavior: theory, research and social issues* (pp. 31-53). New York: Holt, Rinehart & Winston.
- Lawler-Row, K. A. & Piferi, R. L. (2006). The forgiving personality: Describing a life well lived? *Personality and Individual Differences*, 4, 1009–1020.
- Lopes, R. F. F., & Santana, R. G. (2010). Perdão: Uma Visão da Psicologia Evolucionista e da Abordagem Comportamental. *Sobre Comportamento e Cognição*. Santo André: ESETEC.
- Luria, A. R. (1980). *Higher cortical function in man*. New York: Basic Books.

- Luskin, F. (2007). *O Poder do Perdão*. São Paulo: Francis.
- McCullough, M. E. (2009). *Beyond revenge: The evolution of the forgiveness instinct*. San Francisco: Jossey-Bass.
- McCullough, M. E. (2000). Forgiveness as human strength: Theory, measurement, and links to well-being. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 19 (1),43-55.
- McCullough, M. E., Bono, G. & M. Root, L. M. (2007). Rumination, Emotion, and Forgiveness: Three Longitudinal Studies. *Journal of Personality and Social Psychology* , 92 (3), 490–505
- McCullough, M. E., Pargament, K. I., & Thoresen, C. E. (Eds.). (2001). *Forgiveness: Theory, research, and Practice*. New York: Guilford Press.
- McCullough, M. E., Pargament, K. I., & Thoresen, C. E. (2001). The psychology of forgiveness: history, conceptual issues and overview. In M. E. McCullough, K. I. Pargament, & C. E. Thoresen (eds.), *Forgiveness: Theory, research, and Practice* (pp. 1-14). New York: Guilford Press.
- McCullough, M. E., Rachal, K. C., Sandage, S. J., Worthington, E. L., Jr., Brown, S. W., & Hight, T. L. (1998). Interpersonal forgiving in close relationships II: Theoretical Elaboration and Measurement. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75, 1586-1603.
- McCullough, M. E. & Witvliet, C. V. (2002). Psychology of Forgiveness. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology* (pp. 446-458). London: Oxford University Press.
- McCullough, M. E. & Worthington, E. L. Jr. (1994). Models of interpersonal forgiveness and their applications to counseling: Review and Critique. *Counseling and Values* (39), 2-14.
- McCullough, M. E., & Worthington, E. L., Jr. (1999). Religion and the forgiving personality. *Journal of Personality*, 67, 1141-1164.
- McCullough, M. E., Worthington, E. L., Jr., & Rachal, K. C. (1997). Interpersonal forgiving in close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73, 321-336.
- Mullet, E., & Girard, M. (2001). Developmental and cognitive points of view on Forgiveness. In M. McCullough, K. Pargament, & C. Thorensen (Eds.), *Forgiveness: Theory, research and practice* (pp. 111-132). New York: Guilford Press.
- Mullet, E., Neto, F., & Rivière, S. (2005). Personality and Its Effects on Resentment, Revenge and Forgiveness and on Self-forgiveness. In E. L. Worthington Jr. (Ed.), *The handbook of forgiveness*. (Cap. 11, no pages). New York, NY: Brunner-Routledge.
- Nathanson, C. (2008). *Exploring the dynamics of revenge*. Doctoral dissertation. The University of British Columbia, Vancouver.
- Newberg, A. B., d'Aquili, E. G., Newberg, S. K., & deMarici, V. (2001). The Neuropsychological Correlates of Forgiveness. In Michel E. McCullough, Kenneth I.

- Pargament & Carl E. Thoresen (2001). *Forgiveness: Theory, research, and Practice*, pp. 91-110. New York: Guilford Press
- Ota, M. (2000). O ódio come a gente (Depoimento a Thaís Oyama). *Veja Educação*. Recuperado em 25 de agosto de 2008: [http://veja.abril.com.br/idade/educacao/050901/p\\_054.html](http://veja.abril.com.br/idade/educacao/050901/p_054.html)
- Paludo, S. S. & Koller, S. H. (2007). Psicologia Positiva: Uma nova abordagem para antigas questões. *Paidéia*, 17(36), 9-20.
- Pargament, K. I., McCullough, M. E., & Thoresen, C. E. (2001). The Frontier of Forgiveness: seven directions for psychological study and practice. In M. E. McCullough, K. I. Pargament, & C. E. Thoresen (eds.), *Forgiveness: Theory, research, and Practice* (pp. 299-319). New York: Guilford Press.
- Ribas Jr., R. C., Moura, M. L. S., & Hutz, C. S. (2004) Adaptação brasileira da Escala de Desejabilidade Social de Marlowe-Crowne. *Avaliação psicológica*, 3(2), 83-92.
- Rique, J. (n.d.) *O desenvolvimento moral do pensamento de perdão*. Recuperado em 23 de agosto de 2008: [http://portal.mec.gov.br/seb/arquivos/pdf/Etica/8\\_rique.pdf](http://portal.mec.gov.br/seb/arquivos/pdf/Etica/8_rique.pdf)
- Rique, J. (1999). *A cross-cultural study on the Enright Forgiveness Inventory: A measure for interpersonal forgiveness. Samples from Brazil and the United States*. Unpublished Doctoral dissertation. University of Wisconsin-Madison, WI.
- Rique, J. & Camino, C. P. S. (2010). O Perdão Interpessoal em Relação a Variáveis Psicossociais e Demográficas. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 23(3), 525-532.
- Rique Neto, J., Camino, C. P. S., Santos, W. S., & Gouveia, V. V. (2009). Análise confirmatória da escala de atitudes para o perdão – EFI. *Avaliação Psicológica*, 8(2), 169-178.
- Rique, J., Camino, C. P. S., Enright, R. D., & Queiroz, P. (2007). Perdão Interpessoal em Contextos de Injustiça no Brasil e nos EUA. *PSICO*, 38(2), 182-189.
- Sabadini, A. Z. P., Sampaio, M. I. C., & Koller, S. H. (Org.). (2009). *Publicar em Psicologia: um enfoque para a Revista Científica*. São Paulo: Associação Brasileira de Editores Científicos de Psicologia / Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo.
- Salkovskis, P. M. (Ed.). (2005). *Fronteiras da Terapia Cognitiva*. São Paulo, SP: Casa do Psicólogo, Livraria e Editora.
- Sarinopoulos, I. (1996). *Forgiveness in adolescence and middle adulthood: Comparing the enright forgiveness inventory with the Wade Forgiveness Scale*. Unpublished Master's thesis, University of Wisconsin-Madison.
- Schmidt, N. B., Joiner Jr., T. E., Young, J. E. & Telch, M. J. (1995). The Schema Questionnaire: Investigation of Psychometric Properties and the Hierarchical Structure of a Measure of Maladaptive Schemas. *Cognitive Therapy and Research*, 19(3), 295-321.

- Seligman, M. E. P. (2004). *Felicidade Autêntica: usando a nova psicologia positiva para a realização permanente*. Rio de Janeiro: Objetiva.
- Seligman, M., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55, 5-14.
- Serra, A. M. (2006). Introdução à terapia cognitiva. In *Estudo da Terapia Cognitiva: um novo conceito em psicoterapia*, 19-26. Recuperado em 05 de novembro de 2006: <http://www.itcbr.com/hotsite/capa.htm>
- Skinner, B. F. (2003). *Ciência e Comportamento Humano*. (J. C. Todorov, & R. Azzi, Trans.). São Paulo: Martins Fontes. (Trabalho original publicado em 1953).
- Smedes, L. B. (1984). *Forgive and Forget: healing the hurts we don't deserve*. New York: Harper & Row.
- Snyder, C. R., & Lopez, S. J. (2007). *Psicologia Positiva: uma abordagem científica e prática das qualidades humanas*. Porto Alegre: Artmed.
- Spidell, S., & Liberman, D. (1981). Moral Development and the forgiveness of sins. *Journal of psychology and theology*, (9), 159-163.
- Subkoviak, M. J., Enright, R. D., Wu, C., Gassin, E. A., Freedman, S., Olson, L. M., & Sarinopoulos, I. (1995). Measuring interpersonal forgiveness in late adolescence and middle adulthood. *Journal of Adolescence*, 18, 641-655.
- Temoshok, L. R., & Chandra, P. S. (2001). The meaning of forgiveness in a specific situational and cultural context: persons living with HIV/AIDS in India. In M. E. McCullough, K. I. Pargament, & C. E. Thoresen (eds.), *Forgiveness: Theory, research, and Practice* (pp. 41-64). New York: Guilford Press.
- Thompson, L. Y., Snyder, C. R., Hoffman, L., Michael, S. T., Rasmussen, H. N., Billings, L. S., et al. (2005). Dispositional forgiveness of self, others and situations: The Heartland Forgiveness Scale. *Journal of Personality*, 73, 313-359.
- Thorensen, C. E., Harris A. H. S., & F. Luskin (2001). Forgiveness and Health: and unanswered question. In M. E. McCullough, K. I. Pargament, & C. E. Thoresen (eds.), *Forgiveness: Theory, research, and Practice* (pp. 255-280). New York: Guilford Press.
- Wade, S. H. (1989). *The development of a scale to measure forgiveness*. Unpublished doctoral dissertation, Fuller Graduate School of Psychology, Pasadena, CA.
- WHOQOL Group (1995). The World Health Organization Quality of Life. Assessment (WHOQOL): Position paper from World Health Organization. *Social Science and Medicine* (41), 1403-1409.
- Worthington, E. L. Jr. (Ed.). (1998). *Dimensions of Forgiveness: psychological research and theological perspectives*. Radnor, PA: Templeton Foundation Press.
- Worthington, E. L. Jr. (1998). The pyramidal model of forgiveness: some interdisciplinary speculations about unforgiveness and the promotion of forgiveness. In E. L. Worthington

- Jr. (Ed.), *Dimensions of Forgiveness: psychological research and theological perspectives* (pp. 107-138). Radnor, PA: Templeton Foundation Press.
- Worthington, E. L. Jr. (Ed.). (2005). *The handbook of forgiveness*. New York, NY: Brunner-Routledge.
- Worthington, E. L. Jr. (2005). Initial questions about the art and science of forgiving. In E. L. Worthington Jr. (Ed.), *The handbook of forgiveness*. (Cap. I, no pages). New York, NY: Brunner-Routledge.
- Worthington, E. L. Jr. & Scherer, M. (2004). Forgiveness is an emotion-focused coping strategy that can reduce health risks and promote health resilience: theory, review, and hypotheses. *Psychology & Health* 19(3), 385-405.
- Young, J. E. (2003). *Terapia Cognitiva para transtornos de personalidade: uma abordagem focada em esquemas*. Porto Alegre: Artmed.
- Young, J. E., & Klosko, J. S. (1994). *Reinventing your life: the breakthrough program to end negative behavior and feel great again*. Penguin Group (USA).
- Young, J. E.; Klosko, J. S. & Weishaar, M. E. (2008). *Terapia do Esquema: guia de técnicas cognitivo-comportamentais inovadoras*. Porto Alegre: Artmed.

# **ANEXOS**

## ANEXO A

### Documento de Aprovação do Comitê de Ética em Pesquisas / UFU



Universidade Federal de Uberlândia  
Pró-Reitoria de Pesquisa e Pós-Graduação  
COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA - CEP

Avenida João Naves de Ávila, nº. 2160 - Bloco A – Sala 224 - Campus Santa Mônica - Uberlândia-MG –  
CEP 38400-089 - FONE/FAX (34) 3239-4131; e-mail: [cep@propp.ufu.br](mailto:cep@propp.ufu.br); [www.comissoes.propp.ufu.br](http://www.comissoes.propp.ufu.br)

ANÁLISE FINAL Nº. 1099/10 DO COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA PARA O PROTOCOLO REGISTRO CEP/UFU  
448/10

Projeto Pesquisa: Estudo Correlacional entre Disposição para Perdoar Ofensas Interpessoais e Esquemas Iniciais Desadaptativos (Eids)

Pesquisador Responsável: Renata Ferrarez Fernandes Lopes

De acordo com as atribuições definidas na Resolução CNS 196/96, o CEP manifesta-se pela aprovação do protocolo de pesquisa proposto.

O protocolo não apresenta problemas de ética nas condutas de pesquisa com seres humanos, nos limites da redação e da metodologia apresentadas.

O CEP/UFU lembra que:

a- segundo a Resolução 196/96, o pesquisador deverá arquivar por 5 anos o relatório da pesquisa e os Termos de Consentimento Livre e Esclarecido, assinados pelo sujeito de pesquisa.

b- poderá, por escolha aleatória, visitar o pesquisador para conferência do relatório e documentação pertinente ao projeto.

c- a aprovação do protocolo de pesquisa pelo CEP/UFU dá-se em decorrência do atendimento a Resolução 196/96/CNS, não implicando na qualidade científica do mesmo.

Data de entrega do relatório: abril de 2011

SITUAÇÃO: PROTOCOLO DE PESQUISA APROVADO.

OBS: O CEP/UFU LEMBRA QUE QUALQUER MUDANÇA NO PROTOCOLO DEVE SER INFORMADA IMEDIATAMENTE AO CEP PARA FINS DE ANÁLISE E APROVAÇÃO DA MESMA.

Uberlândia, 28 de Dezembro de 2010.

Profa. Dra. Sandra Terezinha de Farias Furtado  
Coordenadora do CEP/UFU

## ANEXO B

### Escala de Atitudes para o Perdão (EFI)

Algumas vezes, somos magoados por aqueles que nos são próximos na família, nas amizades, na escola, no trabalho, ou em outras situações. Agora, pedimos a você para pensar na experiência **mais recente** na qual alguém lhe magoou **profunda** e **injustamente**. Visualize na sua mente, os eventos daquela situação. Tente ver a pessoa e tente experienciar o que aconteceu.

O quanto você se sentiu magoado quando o incidente ocorreu? (Marque um X na sua resposta)

- |   |   |  |  |   |
|---|---|--|--|---|
| <input type="checkbox"/> Nenhuma<br>mágoa | <input type="checkbox"/> Um pouco<br>magoado(a) | <input type="checkbox"/> Alguma<br>mágoa | <input type="checkbox"/> Muito<br>magoado(a) | <input type="checkbox"/> Tremendamente<br>magoado |
|---|---|--|--|---|

Quem lhe magoou? (Marque um X na sua resposta)

- |  |   |                                  |
|--|---|----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Filho(a)                    | <input type="checkbox"/> Cônjuge              | <input type="checkbox"/> Parente |
| <input type="checkbox"/> Amigo do mesmo sexo         | <input type="checkbox"/> Amigo do sexo oposto | <input type="checkbox"/> Patrão  |
| <input type="checkbox"/> Outro, especifique: _____ . |   |                                  |

Esta pessoa está viva?  Sim  Não

Há quanto tempo atrás ocorreu esta ofensa?

- Dias       Semanas       Meses       Anos

Por favor, descreva brevemente a ofensa:

---



---



---



Agora, responda a uma série de questões sobre suas atitudes atuais com respeito a essa pessoa. Nós **não** queremos a sua avaliação das atitudes passadas, mas sim a avaliação de suas atitudes  **neste momento**. Todas as suas respostas serão confidenciais. Por favor, vire a página e responda honestamente. Obrigado!

\*\*\*

### Exemplos de itens da subescala de afeto

Eu sinto \_\_\_\_\_ em relação a ele(a).

	Discordo Fortemente	Discordo	Discordo Ligeiramente	Concordo Ligeiramente	Concordo	Concordo Fortemente
1. Afeto	1	2	3	4	5	6
2. Rejeição	1	2	3	4	5	6
3. Bondade	1	2	3	4	5	6

### Exemplos de itens da subescala de comportamento

Com relação a essa pessoa os meus comportamentos são ou poderiam ser: \_\_\_\_\_.

	Discordo Fortemente	Discordo	Discordo Ligeiramente	Concordo Ligeiramente	Concordo	Concordo Fortemente
21. Mostrar amizade	1	2	3	4	5	6
22. Evitar	1	2	3	4	5	6
23. Ignorar	1	2	3	4	5	6

### Exemplos de itens da subescala de julgamento

Eu penso que ele (a) é \_\_\_\_\_.

	Discordo Fortemente	Discordo	Discordo Ligeiramente	Concordo Ligeiramente	Concordo	Concordo Fortemente
41. Infâme	1	2	3	4	5	6
42. Maligno	1	2	3	4	5	6
43. Horrível	1	2	3	4	5	6

## ANEXO C

### Versão Brasileira da Escala de Desejabilidade Social de Crowne-Marlowe

Abaixo são apresentadas frases ou afirmações que uma pessoa poderia usar para descrever a si mesma. Leia cada afirmação e decida se ela descreve ou não você. Se concordar com uma afirmação ou achar que ela descreve você, marque 0 (VERDADEIRO). Se você discordar da afirmação ou achar que ela não descreve você, marque 1 (FALSO).

1. ( ) Antes de votar examino detalhadamente o currículo dos candidatos.
2. ( ) Eu não tenho dúvidas de fazer qualquer coisa para ajudar alguém em dificuldades.
3. ( ) Algumas vezes é difícil eu continuar com meu trabalho se eu não sou encorajado.
4. ( ) Eu nunca tive uma forte antipatia por ninguém.
5. ( ) Em algumas ocasiões eu tive dúvida sobre minha capacidade para vencer na vida.
6. ( ) Às vezes eu me ressinto quando não consigo fazer o que eu quero.
7. ( ) Eu sou sempre cuidadoso com a minha maneira de vestir.
8. ( ) Meus modos na mesa são tão bons em casa quanto são na rua, quando como fora, em um restaurante, por exemplo.
9. ( ) Se eu tivesse certeza que ninguém iria me ver, eu provavelmente entraria num cinema sem pagar entrada.
10. ( ) Algumas vezes eu desisti de fazer coisas porque achei que não era capaz.
11. ( ) De vez em quando eu gosto de fofocar.
12. ( ) Em algumas ocasiões eu senti vontade de me rebelar contra chefes ou pessoas no comando, mesmo sabendo que elas estavam certas.
13. ( ) Eu sou sempre um bom ouvinte, não importa com quem eu esteja conversando.
14. ( ) Eu lembro de ter fingido estar doente para escapar de alguma coisa.
15. ( ) Houve ocasiões em que me aproveitei de alguém.
16. ( ) Eu estou sempre disposto a admitir, quando eu cometo um erro.
17. ( ) Eu tento sempre agir da mesma maneira como digo aos outros para fazer.
18. ( ) Eu não acho tão difícil lidar com pessoas desbocadas e desagradáveis.
19. ( ) Às vezes, em lugar de perdoar e esquecer, eu procuro me vingar.
20. ( ) Quando eu não sei alguma coisa eu não me importo nem um pouco em admitir.
21. ( ) Eu sou sempre educado, mesmo com pessoas desagradáveis.
22. ( ) Às vezes eu realmente insisto para fazer as coisas do meu jeito.
23. ( ) Em algumas ocasiões senti vontade de quebrar as coisas.
24. ( ) Eu nunca deixaria que outra pessoa fosse castigada por meus erros.
25. ( ) Eu nunca fico chateado quando me pedem para retribuir um favor.
26. ( ) Eu nunca fico irritado quando pessoas expressam idéias muito diferentes das minhas.
27. ( ) Eu nunca saio de casa para um passeio longo sem verificar se o gás está desligado.
28. ( ) Em certas ocasiões eu senti bastante inveja da boa sorte dos outros.
29. ( ) Eu quase nunca tenho vontade de dar uma resposta malcriada a alguém.
30. ( ) Às vezes eu fico irritado com pessoas que pedem favores a mim.
31. ( ) Eu nunca achei que fui castigado sem uma razão.
32. ( ) Às vezes eu penso que quando acontece uma coisa ruim com as pessoas é porque elas mereceram.
33. ( ) Eu nunca falei de propósito alguma coisa que tenha magoado alguém.

## ANEXO D

### Questionário de Esquemas Young (Versão Breve)

#### INSTRUÇÕES

São listadas abaixo, afirmações que uma pessoa poderia usar para se descrever. Por favor, leia cada afirmação e decida quão bem ela descreve você. Quando não tiver certeza, baseie sua resposta no que você sente emocionalmente, não no que pensa ser verdade. Então escolha a avaliação de 1 a 6 que melhor descreve você. O mais importante neste questionário é que você seja sincero (a). Não há respostas certas ou erradas.

#### ESCALA DE AVALIAÇÃO

- (1) Inteiramente falsa
- (2) Em grande parte falsa
- (3) Levemente mais verdadeira do que falsa
- (4) Moderadamente verdadeira
- (5) Em grande parte verdadeira
- (6) Descreve perfeitamente

#### \*Privação Emocional

1. ( ) A maior parte do tempo, não tenho ninguém para me dar carinho, compartilhar comigo e se importar profundamente com o que me acontece.
2. ( ) Em geral, não havia pessoas para me dar carinho, segurança e afeição.
3. ( ) Eu não senti que era especial para alguém, em grande parte da minha vida.
4. ( ) Em geral, não tenho ninguém que realmente me escute, me compreenda ou esteja sintonizado com minhas verdadeiras necessidades e sentimentos.
5. ( ) Eu raramente tenho alguma pessoa forte para me dar bons conselhos ou orientação quando não tenho certeza do que fazer.

#### \*Abandono

6. ( ) Percebo que me agarro às pessoas com as quais tenho intimidade, por ter medo de que elas me deixem.
7. ( ) Eu me preocupo com a possibilidade de as pessoas de quem eu gosto me deixarem ou me abandonarem.
8. ( ) Quando sinto que alguém com quem eu me importa está se afastando, fico desesperado(a).
9. ( ) Às vezes, tenho tanto medo de que as pessoas me deixem, que acabo fazendo com que se afastem.
10. ( ) Preciso tanto das pessoas que tenho medo de perdê-las.

#### \*Desconfiança / Abuso

11. ( ) Sinto que as pessoas querem tirar vantagem de mim.
12. ( ) Sinto que posso baixar a guarda na presença dos outros, pois eles me prejudicariam intencionalmente.
13. ( ) É só uma questão de tempo antes que as pessoas me traiam.
14. ( ) Desconfio muito dos motivos dos outros.
15. ( ) Eu geralmente fico procurando os motivos escondidos das pessoas.

#### \*Isolamento social

16. ( ) Eu não me encaixo.
17. ( ) Sou fundamentalmente diferente das outras pessoas.

18. ( ) Eu não pertença a ninguém; sou um solitário(a).  
19. ( ) Sinto-me alienado(a) das outras pessoas.  
20. ( ) Sempre me sinto excluído(a) dos grupos.

**\*Defectividade / Vergonha**

21. ( ) Nenhum(a) homem/mulher que eu desejar vai me amar depois de saber dos meus defeitos.  
22. ( ) Ninguém que eu desejar vai querer ficar perto de mim depois que conhecer meu verdadeiro eu.  
23. ( ) Não sou digno(a) do amor, da atenção e do respeito dos outros.  
24. ( ) Sinto que não mereço ser amado(a).  
25. ( ) Sou inaceitável demais, de todas as maneiras possíveis, para me revelar aos outros.

**\*Fracasso**

26. ( ) Quase nada do que eu faço no trabalho (ou na escola) é tão bom quanto o que os outros fazem.  
27. ( ) Sou incompetente no que se refere a realizações.  
28. ( ) A maioria das pessoas é mais capaz do que eu no trabalho e em suas realizações.  
29. ( ) Não tenho talento quanto a maioria das pessoas tem em sua profissão.  
30. ( ) Não sou tão inteligente quanto a maioria das pessoas no que se refere a trabalho (ou estudo).

**\*Dependência / Incompetência**

31. ( ) Não me sinto capaz de me arranjar sozinho(a) no dia-a-dia.  
32. ( ) Penso em mim como uma pessoa dependente, no que se refere ao funcionamento cotidiano.  
33. ( ) Falta-me bom senso.  
34. ( ) Não se pode confiar em meu julgamento nas situações do dia-a-dia.  
35. ( ) Não confio em minha capacidade de resolver os problemas que surgem no cotidiano.

**\*Vulnerabilidade ao dano**

36. ( ) Não consigo deixar de sentir que algo ruim vai acontecer.  
37. ( ) Sinto que algum desastre (natural, criminal, financeiro ou médico) vai acontecer a qualquer momento.  
38. ( ) Tenho medo de ser atacado(a).  
39. ( ) Tenho medo de perder todo o meu dinheiro e ficar pobre.  
40. ( ) Tenho medo de pegar uma doença séria, mesmo que nada de sério tenha sido diagnosticado pelos médicos.

**\*Emaranhamento**

41. ( ) Não consegui me separar de meu pai / minha mãe ou de ambos, assim como outras pessoas da minha idade parecem conseguir.  
42. ( ) Meu pai / minha mãe, ou ambos, e eu tendemos a nos envolver excessivamente com a vida e com os problemas uns dos outros.  
43. ( ) É muito difícil para meu pai / minha mãe, ou ambos, e eu escondermos detalhes íntimos uns dos outros sem nos sentirmos traídos ou culpados.  
44. ( ) Muitas vezes, sinto que não tenho uma identidade separada da de meus pais ou parceiro(a).  
45. ( ) Muitas vezes parece que meus pais estão vivendo por intermédio de mim - eu não tenho uma vida própria.

**\*Subjugação**

46. ( ) Acho que se eu fizer o que quero, só vou arranhar problemas.  
47. ( ) Sinto que não tenho escolha além de ceder ao desejo das pessoas, ou elas vão me rejeitar ou me retaliar de alguma maneira.  
48. ( ) Nos meus relacionamentos, deixo a outra pessoa ter o controle.  
49. ( ) Sempre deixei os outros escolherem por mim, de modo que não sei realmente o que quero.

50. ( ) Tenho grande dificuldade em exigir que meus direitos sejam respeitados e que meus sentimentos sejam levados em conta.

**\*Auto Sacrifício**

51. ( ) Sou aquele(a) que geralmente acaba cuidando das pessoas de quem sou próximo(a).  
52. ( ) Sou uma boa pessoa, pois penso nos outros mais do que em mim mesmo(a).  
53. ( ) Fico tão ocupado(a) fazendo coisas para as pessoas de quem gosto que tenho muito pouco tempo para mim.  
54. ( ) Sempre fui aquele(a) que escuta os problemas de todo mundo.  
55. ( ) As pessoas me vêem fazendo demais pelos outros e pouco por mim.

**\*Inibição Emocional**

56. ( ) Tenho muita vergonha de demonstrar sentimentos positivos em relação aos outros (por exemplo, afeição, sinais de cuidado).  
57. ( ) Acho embaraçoso expressar meus sentimentos para os outros.  
58. ( ) Tenho dificuldade em ser carinhoso(a) e espontâneo(a).  
59. ( ) Eu me controlo tanto que as pessoas acham que eu não sou emotivo(a).  
60. ( ) As pessoas me vêem como emocionalmente contido(a).

**\*Padrões Inflexíveis**

61. ( ) Preciso ser o(a) melhor em tudo o que faço; não consigo aceitar vir em segundo lugar.  
62. ( ) Tento fazer o melhor; não consigo aceitar o "suficientemente bom".  
63. ( ) Preciso cumprir todas as minhas responsabilidades.  
64. ( ) Sinto que existe uma pressão constante sobre mim para conquistar e fazer coisas.  
65. ( ) Não consigo me soltar ou me desculpar por meus erros com facilidade.

**\*Merecimento / Grandiosidade**

66. ( ) Tenho muita dificuldade em aceitar um "não" como resposta quando quero alguma coisa de alguém.  
67. ( ) Sou especial e não deveria ter que aceitar muitas das restrições impostas às outras pessoas.  
68. ( ) Detesto ser obrigado(a) a fazer alguma coisa, ou impedido(a) de fazer o que quero.  
69. ( ) Acho que não deveria ter que obedecer às regras e convenções normais assim como os outros.  
70. ( ) Sinto que aquilo que tenho a oferecer é muito mais valioso do que as contribuições dos outros.

**\*Autocontrole Insuficiente**

71. ( ) Parece que não consigo me disciplinar e levar até o fim tarefas rotineiras ou chatas.  
72. ( ) Quando não consigo atingir algum objetivo, fico facilmente frustrado(a) e desisto.  
73. ( ) Para mim, é muito difícil sacrificar uma gratificação imediata para atingir um objetivo em longo prazo.  
74. ( ) Não consigo me obrigar a fazer coisas de que não gosto, mesmo sabendo que é para meu próprio bem.  
75. ( ) Raramente consigo cumprir minhas resoluções.

## ANEXO E

### Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

Você está sendo convidado para participar da pesquisa intitulada **“ESTUDO CORRELACIONAL ENTRE DISPOSIÇÃO PARA PERDOAR OFENSAS INTERPESSOAIS E ESQUEMAS INICIAIS DESADAPTATIVOS (EIDS)”** sob a responsabilidade dos pesquisadores Rodrigo Gomes Santana (mestrando) e Prof.<sup>a</sup> Dr.<sup>a</sup> Renata F. F. Lopes.

Nesta pesquisa estamos buscando entender a relação entre certos “traços” de personalidade, e a disposição para perdoar das pessoas. Na sua participação você responderá a três questionários e a uma breve entrevista. A entrevista não será gravada.

O Termo de Consentimento Livre e Esclarecido será obtido pelo pesquisador Rodrigo Gomes Santana, no Laboratório de Psicologia Experimental do Instituto de Psicologia, onde serão aplicados os questionários e a entrevista.

Em nenhum momento você será identificado. Os resultados da pesquisa serão publicados e mesmo assim a sua identidade será preservada.

Você não terá nenhum ônus e ganho financeiro por participar da pesquisa. Não haverá risco para você, pois será mantido o caráter confidencial das informações relacionadas com a sua privacidade.

Os benefícios advindos desta pesquisa dizem respeito ao avanço do corpo de conhecimentos do campo de estudos sobre o Perdão, e sobre a Abordagem Cognitivo-Comportamental da Personalidade.

Você é livre para desistir de participar a qualquer momento sem nenhum prejuízo para você.

Uma cópia deste Termo de Consentimento Livre e Esclarecido ficará com você.

Qualquer dúvida a respeito da pesquisa, você pode entrar em contato com os pesquisadores: Rodrigo Gomes Santana. Avenida Pará 1720, Bloco 2C. Telefone: 3218-2235 – Ramal 38. E-mail: santagom@hotmail.com; e Prof.<sup>a</sup> Dr.<sup>a</sup> Renata F. F. Lopes. Avenida Pará 1720, Bloco 2C. Telefone: 3218-2235 – Ramal 38.

Poderá também entrar em contato com o Comitê de Ética na Pesquisa com Seres-Humanos – Universidade Federal de Uberlândia: Av. João Naves de Ávila, nº 2160, Bloco A – Sala 224 – Campus Santa Mônica – Uberlândia –MG, CEP: 38408-100; Fone: (34) 3239-4131.

Uberlândia, \_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 2011.

\_\_\_\_\_  
Prof.<sup>a</sup> Dr.<sup>a</sup> Renata F. F. Lopes

\_\_\_\_\_  
Rodrigo Gomes Santana (Mestrando)

Eu aceito participar do projeto citado acima, voluntariamente, após ter sido devidamente esclarecido.

\_\_\_\_\_  
Participante da Pesquisa