

O processo de esquecimento dirigido e as alterações do estado de humor

VICTOR CLAUDIO (*)

«*Ne me quitte pas
Il faut oublier
Tout peut s'oublier
Qui s'enfuit déjà
Oublier le temps
Des malentendus
Et le temps perdu
A savoir comment
Oublier ces heures
Qui tuaient parfois
A coups de pourquoi
Le cœur du bonheur
Ne me quitte pas»*

Jacques Brel

Quantas vezes tentamos recordar algo e não conseguimos ?

Quantas vezes queremos esquecer algo e é impossível ?

Quantas vezes recordamos o que não queremos?

Esquecemos aquilo que queremos esquecer?
Como se processa o esquecimento dirigido?

Podemos tentar responder a estas questões si-

tuando-nos no paradigma do processamento de informação.

Assim, no primeiro caso, querer recordar e não conseguir, prende-se com uma inibição na evocação da informação.

Podemos definir o conceito de inibição na evocação de informação, como um processo adaptativo que suprime ou bloqueia a informação presente na memória.

O carácter adaptativo manifesta-se através da disponibilização da memória para novas aquisições, i.e., este processo, permitindo esquecer aquilo que não é actualmente necessário, disponibiliza a memória para aquilo que é pertinente. A disponibilização da memória relaciona-se intimamente com a supressão da informação. Esta, actuando directamente sobre a informação a inibir, tem como objectivo evitar a interferência de material mnemónico mais antigo na nova informação adquirida ou evitar recordações desagradáveis para o sujeito.

O bloqueamento de informação prende-se com o facto de que quando são activados determinados items na memória, outros que pertencem à mesma categoria tem o acesso bloqueado.

A inibição do acesso à informação é também responsável pelo esquecimento dirigido, i.e., esquecimento desencadeado por uma instrução no sentido de esquecer a informação.

Podemos então considerar o conceito de ini-

(*) Instituto Superior de Psicologia Aplicada, Lisboa. Bolseiro PRAXIS XXI.

bição da evocação da informação em dois sentidos:

Como *bloqueamento*: neste caso, a inibição seria devida ao facto de quando o sujeito activa determinados items da memória, outros pertencentes à mesma categoria, terem o acesso bloqueado.

Como *supressão*: sendo este o sentido em que o conceito revela de forma mais explícita as suas características adaptativas. Já que a supressão da informação, tem como objectivo evitar a interferência de material mnemónico mais antigo nas novas aquisições de informação ou evitar recordações desagradáveis para o sujeito. O processo de supressão, actua directamente sobre a informação a inibir.

Bjork (1989), alerta para a importância de diferenciar o conceito de inibição da evocação de informação, do conceito de recalcamento, definido por Freud (1914). Este seria um mecanismo de defesa, como tal não consciente, enquanto que na inibição da evocação da informação há uma intenção consciente de supressão ou bloqueamento da informação

Respondemos assim à primeira e última questão que colocamos. A resposta à segunda, terceira e quarta questões, prende-se com uma ineficiente actuação do processo de inibição de informação.

Além do processo de inibição da evocação de informação, há outro factor que também influencia o acesso e evocação da informação contida na memória. Falamos do estado de humor do sujeito.

Eich e Metcalfe (1989), preconizam que a capacidade de acesso e evocação da informação na memória, está relacionada com o estado de humor com que essa informação foi codificada, e com o estado de humor com que é evocada. Se existe diferença nos tipos de estados de humor, entre a codificação e a evocação de informação, a dificuldade de esta última se realizar é maior.

Um trabalho de Weingartner e col. (1977), mostra que as associações de palavras realizadas por sujeitos em crise maníaca, eram evocadas mais 97% nesse estado de humor, do que em estado de humor normal. Realçam também o facto de que as alterações da memória são mais notórias quando o estado de humor sofre modificações radicais (p.e. alegria-tristeza ou vice-versa).

Clark e col. (1983), baseando-se no facto de existir uma relação directamente proporcional entre o nível de alerta e o estado de humor, i.e., o nível de alerta é elevado nos estados de humor alegre e o contrário, afirmam que as dificuldades de evocação da informação estão relacionados com um baixo nível de alerta, desencadeado pela existência de um estado de humor negativo.

Num trabalho que realizámos (V. Claudio, 1987), podemos observar que os sujeitos deprimidos, quando comparados com os sujeitos esquizofrénicos e voluntários normais, apresentam um nível de alerta e de memória inferiores.

Nos trabalhos de Eich e Metcalfe (1989), os resultados indicam que apenas uma grande modificação do alerta e do estado de humor, originam uma pior evocação, que a provocada por uma grande mudança no estado de humor. Apontam também no sentido de que a evocação de acontecimentos internos, i.e., construídos pelo sujeito, estão mais dependentes das alterações do estado de humor do que acontecimentos externos.

Podemos afirmar, que existem dois efeitos do estado de humor sobre a memória:

Dependência do humor: A evocação de acontecimentos, independentemente do valor afectivo que o sujeito lhe atribui, é tanto melhor quando realizada com o mesmo estado de humor com que foram codificados.

Congruência do humor: Se existir uma similaridade entre o conteúdo afectivo que o sujeito atribui ao acontecimento e o estado de humor no momento da codificação ou evocação, estes são facilitados.

Pensamos ser importante clarificar a noção de esquecimento dirigido, i.e., o esquecimento de uma determinada informação depois de uma instrução nesse sentido. Por exemplo, antes de se apresentar ao sujeito, uma série de cinco dígitos, diz-se que ele deve apreender a série que vai ver. No fim desta série diz-se que aqueles dígitos serviram apenas para treinar, que os deve esquecer e que deve sim apreender a série que vai ver a seguir. Depois da apresentação desta segunda série, pedimos ao sujeitos que nos diga os dígitos que se lembra. Se ele não evocar nenhum dos dígitos da primeira série, a instrução de esquecimento dirigido foi 100% eficaz.

Os trabalhos de Bjork (1970), indicam que a

instrução para esquecer, produz mais resultado quando fornecida antes da apresentação dos estímulos a recordar, i.e., a instrução para ter efeito, deve surgir antes da representação dos items na memória se estabilizar.

Bjork (1972), refere que o processo de esquecimento dirigido pode ser influenciado por dois mecanismos, presentes no processo de codificação da memória:

A *Enumeração Selectiva*: Que leva o sujeito a centra-se apenas nos items que surgem depois da instrução para esquecer.

Os *Agrupamentos Diferenciados*: Que leva o sujeito a agrupar de forma separada items a lembrar e items a esquecer.

Assim, o processo de esquecimento dirigido seria explicado através da utilização dos mecanismos de codificação.

Diversos trabalhos (em que salientamos o de Bjork & Geiselman, em 1978), demonstram empiricamente que apenas estes mecanismos relacionados com a codificação da informação, não são suficientes para explicar o esquecimento dirigido.

Bjork (1978) defende a existência de um Mecanismo de Desaparecimento relacionado com esse fenómeno. Posteriormente, Geiselman e col. (1983) descrevem este mecanismo como a inibição da evocação da informação.

Tomando como referencial estes pressupostos e os trabalhos empíricos que os suportam, podemos afirmar que o processo de esquecimento dirigido, será resultado de uma modificação na codificação e de uma inibição na evocação da informação.

Pensamos ser importante referir, ainda que de forma sucinta, o modelo cognitivo da depressão com que trabalhamos.

Segundo o modelo proposto por Champion e Power (1986), os indivíduos com tendência para a depressão, possuem um objectivo sobrevalorizado para cuja execução estão orientados ou um papel sobrevalorizado, que assume geralmente a forma de um objectivo interpessoal. O sujeito subvaloriza as outras áreas da sua vida, em relação ao objectivo ou papel. Estes, têm como uma das funções, inibir partes negativas e inaceitáveis do modelo de self do sujeito. O indivíduo com tendência para a depressão, caracteriza-se também por uma vulnerabilidade aos acontecimen-

tos ou dificuldades que ameaçam o objectivo ou papel dominante. Assim, a ocorrência de um acontecimento que ameaça a perda destes, é acompanhada pela perda das suas funções inibitórias. Desta forma, o indivíduo experiente uma perda intrapsíquica de controlo, e um aumento de pensamentos, imagens e emoções indesejáveis. Tal perda ou ameaça, deixa ainda no indivíduo um sentimento de vazio, de ausência de objectivos e de inutilidade, já que se mantêm poucas ou nenhuma alternativas de valor.

Podemos observar nos sujeitos deprimidos:

- A construção de um modelo mental negativo do self
- Alteração da tríade cognitiva (de si, do presente, do futuro)
- Usa um mecanismo de abstração selectivo, processando a informação de forma parcial i.e., apenas a informação negativa.
- Os pensamentos automáticos negativos, que se caracterizam por ser pouco razoáveis, disfuncionais, repetitivos e idiossincráticos, embora vivenciados pelo sujeito como plausíveis, representam o material cognitivo directamente acessível e que espelha as contínuas auto-avaliações negativas que o sujeito deprimido realiza.

Como facilmente se pode concluir, nestes sujeitos, o processo de inibição da evocação de informação, com o seu objectivo de adaptação não é realizado (recordemos que uma das funções da supressão da informação é impedir as recordações dolorosas, para o sujeito

HIPÓTESES

As hipóteses em estudo são as seguintes:

A 1.^ª hipótese é a de que existe uma desinibição no acesso à informação no sujeito deprimido, que não permite que a instrução de esquecer a 1.^ª metade de uma lista de adjetivos, desencadeie com a mesma potência que em outros grupos, um processo de esquecimento dirigido. O sujeito deprimido é submerso pela contínua evocação da informação com valência negativa, o que não lhe permite actualizar a informação nem impedir as recordações dolorosas. Isto leva também à 2.^ª hipótese, de que o estado de humor

do sujeito deprimido implica um maior esquecimento dos adjetivos com valência positiva, comparativamente com os de valência negativa, independentemente da sua posição numa lista de adjetivos.

Estas hipóteses foram reforçadas com os resultados obtidos num estudo piloto que realizámos, comparando sujeitos com diagnóstico de depressão maior (de acordo com os critérios da DSM III (R)) e que apresentavam no momento da avaliação um mínimo de 17 pontos no Inventário de Depressão de Beck, com sujeitos sem antecedentes psicopatológicos e não estudantes universitários. Neste trabalho verificamos que a instrução de esquecimento dirigido teve menor efeito nos deprimidos, já que evocaram 22% das palavras da 1.ª lista. Enquanto que os não deprimidos, evocam percentagens inferiores, 13% de adjetivos da 1.ª lista.

Na 2.ª metade da lista, observa-se que os sujeitos deprimidos são os que evocam uma maior percentagem de adjetivos negativos 43% e uma menor percentagem de adjetivos positivos, 12%. Os sujeitos sem antecedentes psicopatológicos evocam 34% de adjetivos negativos e 16% de adjetivos positivos.

Com o objectivo de eliminar o efeito de primazia, que pode ser desencadeado pela posição do adjetivo na lista, fizemos um análise das palavras evocadas, sem levar em conta os três primeiros adjetivos de cada metade da lista. Nesta análise podemos observar: na 1.ª metade da lista, os deprimidos fazem uma evocação igual dos adjetivos positivos e negativos. Contudo, o resultado obtido nos adjetivos negativos é mais elevado em relação ao grupo de não deprimidos. Isto aponta no sentido dos deprimidos terem uma maior dificuldade em dirigir o esquecimento para estímulos negativos.

Na 2.ª metade da lista, os deprimidos apresentam uma percentagem de evocação de adjetivos negativos muito superior à de adjetivos negativos – 60% e 12% respectivamente –. Enquanto que no grupo de não deprimidos os resultados são de 35% de adjetivos negativos e 32% de adjetivos positivos. Estes resultados apontam no sentido de que devido ao efeito da congruência do estado de humor, o sujeito deprimido, vai evocar mais facilmente todos os estímulos coincidentes com a sua tonalidade de humor negativa. A manutenção de um baixo nível de alerta,

característica dos sujeitos deprimidos, não permite por seu lado, alterações da evocação da informação, que se mantêm assim preferencialmente com tonalidade negativa.

AMOSTRA

Nos dois estudos que vamos descrever avaliamos um total de 480 estudantes do 1.º ano do curso de Psicologia do Instituto Superior de Psicologia Aplicada – 220 sujeitos no 1.º estudo e 260 sujeitos no 2.º estudo –.

Os critérios de inclusão em qualquer um dos estudos foi:

Grupo de deprimidos – sujeitos com um resultado no Inventário da Depressão de Beck (BDI) ≥ 14 .

Grupo de não deprimidos – sujeitos com um resultado no Inventário da Depressão de Beck (BDI) ≤ 6 e Spielberger State-Trait Anxiety Inventory (STAII) ≤ 30 .

Os grupos em comparação nos diferentes estudos, foram denominados, para facilitação de expressão de deprimidos e não deprimidos. Contudo, o grupo de deprimidos é compostos por estudantes com um BDI elevado, o que apenas nos indica um estado de humor triste, na semana anterior à avaliação incluindo o dia desta.

Com base nestes critérios os sujeitos selecionados para cada estudo foram:

1.º Estudo – Deprimidos: 35 sujeitos; Não-Deprimidos: 110 sujeitos.

2.º Estudo – Deprimidos: 24 sujeitos; Não-Deprimidos: 61 sujeitos.

No 2.º estudo utilizamos também o Inventário de Auto-Conceito de Vaz Serra e a Escala de Atitudes Disfuncionais (DAS 24).

AVALIAÇÃO EXPERIMENTAL

No 1.º e no 2.º estudo:

Utilizamos 40 *Slides*, cada um contendo um adjetivo. 20 adjetivos tinham uma valência positiva – p.e. Bom, Forte –, e os outros 20 tinham uma valência negativa – p.e. Culpado, Feio –.

Aleatoriamente formaram-se duas séries de 20 adjetivos. Cada série continha 10 adjetivos

com valência positiva e 10 adjetivos com valência negativa, distribuídos aleatoriamente.

No 1.º estudo:

Antes da projecção da primeira série, dava-se a seguinte instrução: «*Vão ver palavras, quero que as leiam com atenção e as aprendam para depois as repetirem.*» No fim desta série dava-se a seguinte instrução: «*Até agora estiveram a treinar, quero que esqueçam estas palavras. Leiam com atenção e aprendam, para depois repetirem, as palavras que vão ver a seguir.*»

No 2.º estudo:

Antes da projecção da primeira série dava-se a seguinte instrução: «*Vão ver palavras, quero que as leiam com atenção e que ponham uma cruz em caracteriza-me bastante, caracteriza-me moderamente, caracteriza-me pouco ou não me caracteriza, nesta folha, consoante a descrição que a palavra faz de si. Quero também que aprendam as palavras para depois as repetirem.*» No fim desta série dava-se a seguinte instrução: «*Até agora estiveram a treinar, quero que esqueçam estas palavras. Leiam com atenção as palavras que vão ver a seguir, e continuem a pôr uma cruz em caracteriza-me bastante, caracteriza-me moderadamente, caracteriza-me pouco ou não me caracteriza, consonante a descrição que a palavra faz de cada um de vocês. Quero também que aprendam, para depois repetirem, as palavras que vão ver a seguir.*»

Nos 1.º e 2.º estudos:

O tempo de projecção de cada slide é de 3 segundos. O tempo entre slides é de 2 segundos.

Depois da segunda série de adjetivos é dada ao sujeito uma tarefa de distração – Teste do Duplo-Cancelamento de Zazzo – durante três minutos. A seguir dá-se a seguinte instrução: «*Quero que escrevam nessa folha branca, as palavras que recordam.*» Os sujeitos têm 5 minutos para realizar esta tarefa.

RESULTADOS E ANÁLISE

1.º Estudo:

- Não se observa uma diferença significativa, entre os dois grupos, na evocação do número total de adjetivos. Contudo, os sujeitos deprimidos apresentam um valor ligeiramente superior (v. Quadro 1).
- Não se observa uma diferença significativa na evocação de adjetivos positivos, entre os dois grupos de sujeitos (v. Quadro 1).
- O grupo de sujeitos deprimidos evoca significativamente mais adjetivos com valência negativa, do que o grupo de sujeitos não deprimidos (v. Quadro 1).
- Os não deprimidos, apresentam uma média significativamente superior ($p < .001$) na evocação de adjetivos positivos, compara-

QUADRO 1

Comparação das médias do total de adjetivos, do total de adjetivos positivos e total de adjetivos negativos, evocados pelos grupos de sujeitos não deprimidos e sujeitos deprimidos.

	X	S.D.	F	SIGNIF. F
Total de Adjectivos	G1 – 6.74 G2 – 7.20	G1 – 2.18 G2 – 1.97	1.258	N.S.
Total de Adjectivos Positivos	G1 – 3.92 G2 – 3.71	G1 – 1.45 G2 – 1.43	0.531	N.S.
Total de Adjectivos Negativos	G1 – 2.82 G2 – 3.49	G1 – 1.44 G2 – 1.40	5.77	.018
G1 (BDI ≤ 6 E STAI (X) ≤ 30) G1 = 110		G2 (BDI ≥ 14) G2 = 35		

QUADRO 2

Comparação das médias do total de adjetivos , do total de adjetivos positivos e total de adjetivos negativos, da 1.ª série, evocados pelos grupos de sujeitos não deprimidos e sujeitos deprimidos.

	X	S.D.	F	SIGNIF. F
Total de Adjectivos da 1.ª série	G1 – 2.37 G2 – 2.40	G1 – 1.67 G2 – 1.50	0.007	N.S.
Total de Adjectivos Positivos da 1.ª série	G1 – 1.28 G2 – 1.17	G1 – 1.04 G2 – 1.01	0.302	N.S.
Total de Adjectivos Negativos da 1.ª série	G1 – 1.07 G2 – 1.23	G1 – 1.05 G2 – 1.11	0.564	N.S.
G1 (BDI ≤6 E STAI (X) ≤30) G1 = 110		G2 (BDI ≥14) G2 = 35		

tivamente com os adjetivos negativos (3.92 para 2.82) (v. Quadro 1).

- Os resultados obtidos na 1.ª série são muito semelhantes para os dois grupos. Contudo, podemos observar que os não deprimidos evocam ligeiramente mais adjetivos positivos que os deprimidos, enquanto que na evocação de adjetivos negativos acontece o contrário (v. Quadro 2).
- As médias dos dois grupos são semelhantes

na evocação de adjetivos positivos e no total de adjetivos evocados (v. Quadro 2).

- Tal como na 1.ª série, observa-se uma diferença significativa entre os dois grupos na evocação de adjetivos negativos. O grupo de deprimidos evoca significativamente mais adjetivos negativos (v. Quadro 3).
- Observa-se no grupo de não deprimidos, uma média significativamente superior ($p < .001$), na evocação de adjetivos positivos comparativamente com a evocação

QUADRO 3

Comparação das médias do total de adjetivos , do total de adjetivos positivos e total de adjetivos negativos, da 2.ª série, evocados pelos grupos de sujeitos não deprimidos e sujeitos deprimidos.

	X	S.D.	F	SIGNIF. F
Total de Adjectivos da 2.ª série	G1 – 4.38 G2 – 4.77	G1 – 1.78 G2 – 1.59	1.330	N.S.
Total de Adjectivos Positivos da 2.ª série	G1 – 2.62 G2 – 2.54	G1 – 1.26 G2 – 1.20	0.980	N.S.
Total de Adjectivos Negativos da 2.ª série	G1 – 1.76 G2 – 2.26	G1 – 1.06 G2 – 1.01	5.910	.016
G1 (BDI ≤6 E STAI (X) ≤30) G1 = 110		G2 (BDI ≥14) G2 = 35		

de adjetivos negativos (2.62 e 1.76) (v. Quadro 3).

Resumindo estas três análises podemos afirmar que:

- O grupo de deprimidos evoca um total de adjetivos negativos significativamente superior ao grupo de não deprimidos.
- Na 1.ª série não se encontram diferenças significativas entre os grupos, nem intra-grupos.
- O grupo de deprimidos, em comparação com os não deprimidos, apresenta uma média significativamente superior de evocação de adjetivos negativos, na 2.ª série.
- O grupo de deprimidos, no total de adjetivos evocados e na 2.ª série, apresentam médias de adjetivos positivos e negativos muito próximas.
- O grupo de não deprimidos, no total de adjetivos evocados e na 2.ª série, apresenta

uma média significativamente superior de adjetivos positivos comparativamente com adjetivos negativos.

- Ambos os grupos apresentam resultados significativamente superiores na 2.ª série, em relação à 1.ª série.

2.º ESTUDO

- Na 1.ª série, o grupo de deprimidos evoca significativamente menos adjetivos positivos, que o grupo não deprimido (v. Quadro 4).
- Na 1.ª série, o grupo de deprimidos evoca mais adjetivos negativos que o grupo de não deprimidos, embora esta diferença não seja significativa (v. Quadro 5).
- O grupo de sujeitos deprimidos evoca no geral, tantos adjetivos positivos como adjetivos negativos. Contudo na 1.ª série, a evocação de adjetivos negativos é superior

QUADRO 4

Comparação das médias do total de adjetivos positivos, da 1.ª série, evocados pelos grupos de sujeitos não deprimidos e sujeitos deprimidos.

	X	S.D.	F	SIGNIF. F
Adjectivos Positivos da 1.ª série	G1 – 2.48 G2 – 1.75	G1 – 1.40 G2 – 0.94	5.463	0.022
G1 (BDI ≤ 6 E STAI (X) ≤ 30) G1 = 61		G2 (BDI ≥ 14) G2 = 24		

QUADRO 5

Comparação das médias do total de adjetivos negativos, da 1.ª série, evocados pelos grupos de sujeitos não deprimidos e sujeitos deprimidos.

	X	S.D.	F	SIGNIF. F
Adjectivos Negativos da 1.ª série	G1 – 1.87 G2 – 2.00	G1 – 1.20 G2 – 1.29	0.468	N.S.
G1 (BDI ≤ 6 E STAI (X) ≤ 30) G1 = 61		G2 (BDI ≥ 14) G2 = 24		

QUADRO 6

Comparação das médias do total de adjetivos, do total de adjetivos positivos e total de adjetivos negativos, da 1.ª e 2.ª série, evocados pelo grupo de sujeitos deprimidos.

	X	S.D.	SIGNIF. F
Total de Adjectivos	Positivos – 6.75 Negativos – 6.71	1.92 2.33	N.S.
1.ª Série	Positivos – 1.75 Negativos – 2.00	0.94 1.29	N.S.
2.ª Série	Positivos – 5.00 Negativos – 4.71	1.74 1.71	N.S.

G2 (BDI ≥ 14)

G2 = 24

QUADRO 7

Comparação das médias do total de adjetivos positivos e total de adjetivos negativos, da 1.ª e 2.ª séries, evocados pelo grupo de sujeitos não deprimidos.

	X	S.D.	SIGNIF. F
Total de Adjectivos	Positivos – 7.52 Negativos – 6.34	2.06 2.17	0.001
1.ª Série	Positivos – 2.48 Negativos – 1.87	1.40 1.20	0.001
2.ª Série	Positivos – 5.05 Negativos – 4.48	1.53 1.82	N.S.

G2 (BDI ≤ 6 E STAI (X) ≤ 30)

G2 = 61

à de adjetivos positivos. Na 2.ª série observa-se uma inversão destes valores (v. Quadro 6).

- O grupo de sujeitos não deprimidos evoca sempre mais adjetivos positivos do que negativos. A evocação de adjetivos positivos é significativamente superior à de adjetivos negativos, no que se refere ao total de adjetivos evocados e aos adjetivos da 1.ª série. Na 2.ª série, embora a diferença não seja significativa, observa-se tam-

bém um maior evocação de adjetivos positivos (v. Quadro 7).

- O grupo de sujeitos deprimidos apresenta valores significativamente inferiores, nos factores de aceitação/rejeição social, auto-eficácia e no valor total do Inventário de Auto-Conceito (v. Quadro 8).
- O nível de atitudes disfuncionais é significativamente superior no grupo de sujeitos deprimidos quando comparados com o grupo de sujeitos não deprimidos (v. Quadro 9).

QUADRO 8

Comparação das médias no factor F1 (Aceitação/Rejeição Social), no factor F2 (Auto-Eficácia) e no Total do Inventário de Auto-Conceito, obtidas pelos grupos de sujeitos não deprimidos e sujeitos deprimidos.

	X	S.D.	SIGNIF. F
F1	G1 – 18.57	G1 – 2.24	0.005
	G2 – 16.65	G2 – 3.66	
F2	G1 – 23.28	G1 – 3.17	0.009
	G2 – 1.87	G2 – 3.09	
Total	G1 – 79.03	G1 – 6.18	0.000
	G2 – 72.48	G2 – 6.73	
G2 (BDI ≤ 6 E STAI (X) ≤ 30) G2 = 61		G2 (BDI ≥ 14) G2 = 24	

QUADRO 9

Comparação das médias obtidas na Escala de Atitudes Disfuncionais, pelo grupo de sujeitos não deprimidos e sujeitos deprimidos.

	X	S.D.	SIGNIF. F
DAS (24)	G1 – 112.95	G1 – 15.32	0.000
	G2 – 129.45	G2 – 16.49	
G2 (BDI ≤ 6 E STAI (X) ≤ 30) G2 = 61		G2 (BDI ≥ 14) G2 = 24	

CONCLUSÕES

Os resultados que obtivemos no 1.º estudo, não vão ao encontro da primeira hipótese que colocámos, já que como se observou, qualquer dos grupos – deprimidos e não deprimidos – não apresentaram diferenças significativas na evocação de adjetivos da 1.ª série, i.e., a instrução de esquecer, embora tenha levado a uma menor evocação de adjetivos, em ambos os grupos, não originou uma menor evocação de adjetivos positivos em relação aos adjetivos negativos, no grupo de sujeitos deprimidos. Assim, a instrução de esquecimento dirigido funcionou de igual

forma para o grupo de sujeitos deprimidos e o dos sujeitos não deprimidos.

No segundo estudo, em que se introduziu o processamento auto-referente dos adjetivos, podemos observar que a instrução de esquecer leva a que o grupo de sujeitos não deprimidos evoque menos adjetivos, que o grupo de sujeitos não deprimidos. Contudo, o grupo de sujeitos deprimidos evoca mais adjetivos negativos do que positivos, da 1.ª série.

Isto leva, a que o grupo de sujeitos deprimidos não apresentem o *bias* positivo que se observa no grupo de sujeitos não deprimidos, e que também se observa no 1.º estudo.

Podemos considerar que a perda deste *bias* positivo é desencadeada pelo processamento auto-referente dos adjetivos.

A inclusão do self no processamento, que leva a um *bias* positivo nos sujeitos não deprimidos, é concordante com outros estudos de memória, como por exemplo os testes autobiográficos de memória.

No que se refere ao acesso à informação, os resultados dos dois estudos comprovam que existe, no grupo de sujeitos deprimidos, uma desinibição do acesso à informação. Assim, quando deliberadamente tentam memorizar – quando a instrução que devem memorizar é fornecida –, o grupo de sujeitos deprimidos processa, retém e evoca preferencialmente palavras negativas, i.e., palavras que são congruentes com o seu estado de humor. Este aspecto reforça a existência, neste grupo, de uma atenção focalizada na informação com valência negativa. Podemos relacionar este aspecto, com as perturbações no processamento de informação nos sujeitos deprimidos, causado pela existência de um modelo mental negativo do self e pelos modelos mentais que este gera.

Os modelos mentais, noção introduzida por Johnson-Laird (1983), são fenómenos não conscientes, situados na memória de evocação. Assim, levam a que o sujeito deprimido processe e retenha apenas a informação negativa, congruente com o seu estado de humor, i.e., os modelos mentais funcionam como um filtro selectivo no processamento de informação.

O facto de os sujeitos deprimidos, possuirem regras muito rígidas, leva a que os modelos mentais que constroem, se apresentem, na maioria das vezes, como incontestáveis. Seria esta, a origem dos sentimentos de desvalorização e pessimismo típico dos deprimidos.

Os modelos mentais, aparecem clinicamente, em forma de acontecimentos cognitivos. Por exemplo, auto-conceito, pensamentos automáticos. Os resultados observados, no 2.º estudo, nos sujeitos deprimidos, baixo auto-conceito, baixa atribuição do significado que pode ter para os outros, reduzida competência em relação aos problemas e elevado valor nas atitudes disfuncionais, reforçam a existência de modelos mentais negativos, neste grupo.

Esta passagem dos modelos mentais – que são estruturas profundas – para acontecimentos

cognitivos – estruturas superficiais – é mediada pelos processos cognitivos. Isto permite-nos afirmar, que quando existe distorção, esta é reflexo de uma perturbação estável e profunda dos mecanismos de pensamento lógico.

Para terminar citaríamos Ribot (1982):

«Sem a total obliteração de um imenso número de estados de consciência, e a momentânea inibição de ainda mais, a recolha de informação seria impossível. O esquecimento, excepto em certos casos, não é uma alteração da memória mas sim uma condição para a saúde e a vida.»

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Beck, A. T. (1976). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. New York: Meridian.
- Beck, A. T. (1983). Cognitive therapy of depression: New perspectives. In P. J. Clayton & J. E. Barrett (Eds.), *Treatment of depression: Old controversies and new approaches*. New York: Raven Press.
- Bjork, R. A. (1970). Positive forgetting: the noninterference of items intentionally forgotten. *Journal of Verbal Learning and Verbal Behaviour*, 9, 225-268.
- Bjork, R. A. (1972). Theoretical implications of directed forgetting. In A. W. Melton & E. Martin (Eds.), *Coding processes in human memory*. Washington: Windston and Sons.
- Bjork, R. A. (1976). The updating of human memory. In G. H. Bower (Ed.), *The psychology of learning and motivation* (vol. 12). New York: Academic Press.
- Bjork, R. A. (1989). Retrieval inhibition as an adaptive mechanism in human memory. In H. L. Roediger III & F. L. M. Craik (Eds.), *Varieties of memory and consciousness: Essays in memory of Endel Tulving*. Hillsdale: Lawrence Erlbaum Associates Inc.
- Bjork, R. A., & Geiselman, R. E. (1978). Constituent processes in the differentiation of items in memory. *Journal of Experimental Psychology: Human Learning and Memory*, 4, 347-361.
- Bjork, R. A., & Whitten, W. B. (1974). Recency-sensitive retrieval process in long-term free recall. *Cognitive Psychology*, 6, 173-189.
- Bower, G. H. (1981). Mood and memory. *American Psychologist*, 36, 129-148.
- Bower, G. H. (1987). Commentary on mood and memory. *Behaviour Research and Therapy*, 25, 443-456.
- Champion, L. A. (1992). Depression. In L. A. Champion, & M. J. Power (Eds.), *Adult Psychological problems: An introduction*. London: Falmer Press.

- Brewin, C. R., Smith, A. J., Power, M. J., & Furnham, A. (1992). Sate and trait differences in the depressive self-schema. *Behaviour Research and Therapy*, 30, 555-557.
- Claudio, V. (1986). *Padrões de atenção na esquizofrenia paranoíde*. Monografia de licenciatura, Lisboa: ISPA.
- Claudio, V. (1992). *O processo de esquecimento nas alterações cognitivas da depressão*. Comunicação apresentada no Congresso Ibero-American de Psicologia. Madrid.
- Claudio, V. (1995). *O Esquecimento dirigido e as emoções*. Conferência apresentada no III Encontro Nacional dos Psicólogos, Lisboa.
- Fiedler, K., Asbeck, J., & Nickel, S. (1991). Mood and constructive memory effects on social judgement. *Cognition and Emotion*, 5, 363-378.
- Geiselman, R. E. (1974). Positive forgetting of sentence material. *Memory and Cognition*, 2, 677-682.
- Geiselman, R. E. (1977). Effects of sentence ordering on thematic decisions to remember and forget prose. *Memory and Cognition*, 5, 323-330.
- Geiselman, R. E., Bjork, R. A., Fishman, D. L. (1983). Disrupted retrieval in directed forgetting: A link with posthypnotic amnesia. *Journal of Experimental Psychology General*, 112, 58-72.
- Indow, T. (1980). Some characteristic of word sequences retrieval from specified categories. In R. S. Wickerson (Ed.), *Attention and Performance VIII*. Hillsdale: Lawrence Erlbaum Associates Inc.
- Johnson-Laird, P. N. (1983). *Mental Models*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Johnson-Laird, P. N. (1987). The mental representation of the meaning of words. *Cognition*, 25, 189-211.
- Mayer, J. D., & Bower, G. H. (1986). *Detecting mood-dependent retrieval*. Paper presented at the 94th Annual Meeting of the American Psychological Association. Washington.
- Oatley, K., & Johnson-Laird, P. N. (1987). Toward a cognitive theory of emotions. *Cognition and Emotion*, 1, 29-50.
- Oatley, K., & Johnson-Laird, P. N. (1987). Toward a cognitive theory of emotions. *Cognition and Emotion*, 1, 129-143.
- Oatley, K., & Johnson-Laird, P. N. (1990). Semantic primitives for emotions: A reply to Ortony and Clore. *Cognition and Emotion*, 4, 340-363.
- Peabody, D. (1987). Selecting representative trait adjectives. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 59-71.
- Power, M. J. (1987). Cognitive theories of depression. In H. J. Eysenck, & I. Martin (Eds.), *Theoretical foundations of behaviour therapy*. New York: Plenum Publishing Corporation.
- Power, M. J., Champion, L. A. (1986). Cognitive approaches to depression: a theoretical critique. *British Journal of Clinical Psychology*, 25, 201-212.
- Power, M. J., Brewin, C. R. (1991). From Freud to cognitive science: A contemporary account of the unconscious. *British Journal of Clinical Psychology*, 30, 289-310.
- Power, M. J., Dalgleish, T., Claudio, V., Tata, P., & Kentish, J. (entregue para publicação). *The directed forgetting task: Application to emotionally valent material*.
- Salovey, P. (1992). Mood-induced self-focused attention. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62, 699-707.
- Williams, M. D., Santos-Williams, S. (1980). Methods for exploring retrieval processes using verbal protocols. In R. S. Wickerson (Ed.), *Attention and Performance VIII*. Hillsdale: Lawrence Erlbaum Associates Inc.

RESUMO

Neste trabalho estudámos o processo de esquecimento dirigido, em dois grupos de estudantes universitários, não deprimidos e deprimidos, atendendo aos valores obtidos no BDI.

Observámos uma perda do «bias» positivo no segundo estudo, no grupo de deprimidos, que se prende com o facto de neste estudo os adjetivos serem processados em relação ao self. Enquanto que no primeiro estudo isto não acontecia.

Observámos nos dois estudos, que os sujeitos deprimidos apresentam uma desinibição do acesso à informação negativa.

Interpretámos estes resultados com base nos modelos mentais negativos que os deprimidos geram.

Palavras-chave: Depressão, esquecimento dirigido, modelos mentais.

ABSTRACT

In this paper we study the directed forgetting task, in two groups of students, non depressed and depressed, in reference to BDI values. In the second study the depressed group loss a positive bias, observed in the first study. The main difference is that the second study have required adjectives to be processed in relation to the self, whereas the first study simply have required adjectives to be processed for their pleasantness.

In both studies the results reforce the existence of a desinibition access to information in the depressed group.

We discuss the results in face of the negative mental models built by the depressed subjects.

Key words: Depression, directed forgetting, mental models.