

**CENTRO UNIVERSITÁRIO DO CERRADO
PATROCÍNIO
Graduação em Psicologia**

FRANCIELLE ABADIA DE SOUZA

**OS ESQUEMAS INICIAIS DESADAPTATIVOS EM USUÁRIOS DO
INSTAGRAM**

**PATROCÍNIO - MG
2018**

FRANCIELLE ABADIA DE SOUZA

**OS ESQUEMAS INICIAIS DESADAPTATIVOS EM USUÁRIOS DO
INSTAGRAM**

Trabalho Monográfico de Conclusão de Curso
apresentado como exigência parcial para a
obtenção do grau de bacharel em Psicologia,
pelo Centro Universitário do Cerrado
Patrocínio – UNICERP.

Orientadora: Prof. Esp. Tatiana Ribeiro
Mariano de Souza

**PATROCÍNIO - MG
2018**



Centro Universitário do Cerrado Patrocínio
Curso de Graduação em Psicologia

Trabalho de conclusão de curso intitulado “**Os Esquemas Iniciais Desadaptativos em usuários do Instagram**”, de autoria da graduanda Francielle Abadia de Souza, aprovada pela banca examinadora constituída pelos seguintes professores:

BANCA EXAMINADORA

Tatiana Ribeiro Mariano de Souza.

Orientadora: Prof. Esp. Tatiana Ribeiro Mariano de Souza

Instituição: UNICERP

Neiva Nunes Brandão

Avaliador 1 – Profa. Ma. Neiva Nunes Brandão

Instituição: UNICERP

Maria Helena Cabral

Avaliador 2 – Profa. Esp. Maria Helena Cabral

Instituição: UNICERP

Data de aprovação: 11/12/2018

Patrocínio, 11 de Dezembro de 2018

AGRADECIMENTOS

Finalizo uma jornada de cinco anos que completam o fechamento de um ciclo em minha vida, que não foi fácil, mas não teria sido possível sem Deus e sem meus pais. De Deus vem tudo que sei, tenho e sou, a força nos momentos difíceis.

Aos meus pais Nilton e Mariuza que não mediram esforços e dedicação para idealizar os meus anseios. A meu pai que sempre acreditou em mim e nos meus projetos mesmo com todos as minhas incertezas e erros; A minha mãe por todas as orações que intercedendo por mim iluminando meu caminho.

À minha filha Ana Cecília que é o meu maior motivo para seguir em frente todos os dias.

A meu irmão por dividir comigo a minha história e por me permitir fazer parte da sua.

Aos meus avós que são meus anjos na terra esse momento é de vocês também.

Às minhas “Kiridas” amigas Lelê, Rafa e Talita que foram um presente em minha vida e sem vocês tudo isso teria menos cor, lágrimas, apoio e risos.

As meus familiares e amigos que amo e idealizaram este momento junto a mim, fazendo com que ele se tornasse possível, essa conquista também é de vocês! Meus sinceros agradecimentos por serem parte do que sou, permitindo-me ser, desfazer e crescer.

À minha coordenadora Profa. Dra Vanessa Alvarenga pelo suporte e atenção; aos meus mestres pela oportunidade de adquirir conhecimentos por meio de sabedorias e experiências de vida.

À minha orientadora e supervisora Profa. Tatiana Mariano, pela dedicação e por me proporcionar um crescimento acadêmico e profissional.

Aos entrevistados que se dispuseram a contribuir com a pesquisa.

Meus sinceros agradecimentos a todos por serem parte do que sou, permitindo-me ser, desfazer e crescer.

RESUMO

Introdução: Com o avanço da tecnologia, os meios de comunicação foram inseridos no universo virtual e as mídias sociais passaram a fazer parte do cotidiano. O Instagram é uma rede social gratuita que surgiu em 2010 e, atualmente, tem números superiores a 150 milhões de usuários que compartilham cerca de 55 milhões de fotos ao dia. Dito isso, este estudo traz como questionamento a relação do Instagram e os Esquemas Iniciais Desadaptativos nos jovens, visto que, tais esquemas se desenvolvem durante a infância ou adolescência a partir do relacionamento dos mesmos com figuras importantes de convívio. **Objetivos:** Identificar os Esquemas Iniciais Desadaptativos de maior prevalência nos usuários do Instagram; avaliar a frequência das publicações dos usuários do Instagram; averiguar pensamentos e sentimentos ao publicar no aplicativo Instagram. **Material e Métodos:** Os participantes da pesquisa foram 10 alunos dos cursos de Educação Física e Nutrição do Centro Universitário do Cerrado Patrocínio (UNICERP), com idade entre 18 e 25 anos, usuários do aplicativo Instagram, no mínimo há quatro meses. A coleta de dados ocorreu através de uma entrevista semiestruturada, elaborada pelas pesquisadoras, e um Questionário de Esquemas de Young, aos que aceitaram participar do estudo. **Resultados:** Mediante análise de dados foi possível averiguar os Esquemas Iniciais Desadaptativos (EIDs) de maior prevalência emergindo dos resultados os EIDs de vulnerabilidade, grandiosidade/mercimento inibição emocional, padrões inflexíveis/hipercriticidade, negativismo/pessimismo e caráter punitivo. Diante das entrevistas foi possível a avaliação da frequência das publicações dos usuários do aplicativo onde grande parte dos usuários realizam publicações em momentos específicos, os chamados “momentos felizes” dentre eles, festas e viagens, como objetivo de receber o número máximo de curtidas ou visualizações em sua rede de contatos virtual. Além disso foi possível compreender os sentimentos e pensamentos ao publicar e receber curtidas e comentários, despertando sentimentos como: Ansiedade; felicidade; Inferioridade; Insegurança; Tristeza e Vergonha. **Considerações Finais:** A verificação dos EIDs, e sentimentos vivenciados ao utilizar o aplicativo Instagram possibilitaram uma análise entre os mesmos. A reação emocional dos entrevistados ao utilizar o aplicativo pode trazer indícios de ativação esquemática, e a análise das emoções permite uma melhor compreensão dos EIDs que emergiram dos resultados, podendo estes moldar a forma de utilização do aplicativo Instagram.

Palavras-chave: Rede Social. Instagram. Esquemas Iniciais Desadaptativos.

“A menos que modifiquemos a nossa maneira de pensar, não seremos capazes de resolver os problemas causados pela forma como nos acostumamos a ver o mundo”.

Albert Einstein

LISTA DE TABELAS

Tabela 1 -	Perfil Sociodemográfico.....	21
Tabela 2 -	Os EIDs identificados.....	23
Tabela 3 -	Frequência de Publicações no Instagram.....	26
Tabela 4 -	Sentimentos ao publicar no aplicativo.....	27
Tabela 5 -	Os EIDs e os sentimentos de ativação esquemática.....	28
Tabela 6 -	Categorias Publicadas.....	31

LISTA DE SIGLAS E ABREVIACÕES

COEP	Comitê de Ética em Pesquisa
EIDs	Esquemas Iniciais Desadaptativos
FIP	Faculdades Integradas de Patrocínio
FUNCECP	Fundação Comunitária Educacional e Cultural de Patrocínio
IBGE	Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística
MG	Minas Gerais
MEs	Modos Esquemáticos
UNICERP	Centro Universitário do Cerrado Patrocínio
TIC	Tecnologias da Informação e da Comunicação
YSQ-S3	Questionário de Esquemas de Young

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	10
2 OBJETIVOS	13
2.1 Objetivo geral	13
2.2 Objetivos específicos	13
3 DESENVOLVIMENTO	14
3.1 INTRODUÇÃO	15
3.2 MATERIAL E MÉTODOS	17
3.2.1 Tipo de pesquisa	17
3.2.2 Cenário da pesquisa	18
3.2.3 Participantes da pesquisa	18
3.2.4 Técnica de coleta de dados	19
3.2.5 Procedimento de análise de dados	19
3.2.6 Questões éticas	20
3.3 RESULTADOS E DISCUSSÃO	20
3.3.1 Perfil Sociodemográfico dos Entrevistados	20
3.3.2 Os Esquemas Iniciais Desadaptativos de maior prevalência em usuários do Instagram	21
3.3.3 A frequência de publicações dos usuários do Instagram e os agentes motivadores.	25
3.3.4 Os sentimentos e pensamentos vivenciados ao publicar e utilizar o Instagram	27
3.3.4.1 Principais categorias publicadas	30
3.4 CONSIDERAÇÕES FINAIS	32
3.5 REFERÊNCIAS	33
4 CONSIDERAÇÕES FINAIS	35
5 REFERÊNCIAS	37
APÊNDICES	40
ANEXOS	43

1 INTRODUÇÃO

O presente trabalho se enquadra na linha de pesquisa Psicologia dos Processos Clínicos na abordagem Cognitivo Comportamental e tem como estudo a avaliação dos Esquemas Iniciais Desadaptativos em usuários do Instagram, visto que com o avanço da tecnologia, os meios de comunicação foram inseridos no universo virtual e as mídias sociais passaram a fazer parte do cotidiano.

Segundo a pesquisa de Tecnologias da Informação e da Comunicação (TIC), em domicílios realizada em 2015 foi constatado que o acesso à Internet móvel está em evidência. A banda larga móvel se destaca no que diz respeito a forma de conexão dos domicílios brasileiros que dispõe de internet, encontrando-se presente em (51%) das residências. Duas atividades se destacam no que diz respeito a utilização da Internet pelos brasileiros que são elas: efetuar e receber chamadas (95%) e tirar fotografias (68%). Referente à frequência, 82% da população utiliza diariamente tendo como principal meio de utilização o celular, diferente dos dados da pesquisa de 2014 onde a utilização da internet era através de computadores (HAGE, 2017).

Com o avanço da internet, a mídia de massa que antes se definia apenas com a imprensa, a televisão, o cinema e o rádio, passou por uma grande transformação no começo da década de 1990. Com o aumento da interatividade por intermédio dos eletrônicos tendo como base a computação e a telefonia, a internet ganha evidência posteriormente, disponibilizando fácil acesso, torna-se uma nova mídia de massa. Com o acesso aos computadores, a internet se torna um sistema de comunicação abarcando assim uma significativa parcela da população. Por possuir características distintas dos demais meios de comunicação, a internet ganha ênfase (SOBRINHO; BARBOSA, 2014).

Segundo Boyd e Ellison (2008, apud HAGE, 2017), o espaço online pode ser visto como uma realidade paralela onde as informações divulgadas podem ser filtradas de acordo com o que cada sujeito pretende revelar. Redes sociais têm como características permitir que os indivíduos criem perfis online públicos e a partir destes perfis se conectem a outros usuários passando assim a ter acesso aos dados do perfil daqueles indivíduos. Assim, os indivíduos não estão limitados apenas a conhecer novas pessoas, mas sim criando a possibilidade do sujeito de montar seu perfil e torná-lo online para outros perfis.

O Instagram é uma rede social gratuita que surgiu em 2010, e nos dias atuais tem números superiores a 150 milhões de usuários em vários países que compartilham cerca de 55 milhões de fotos ao dia segundo dados (SOBRINHO; BARBOSA, 2014). O mesmo permite a seus adeptos o compartilhamento de fotos e vídeos, disponibilizando filtros para edição de imagem, obtendo assim imagens com aparência profissional, e posteriormente publicá-las, permitindo que outros usuários de sua rede visualizem, curtam e deixem seus comentários (HAGE, 2017).

Pesquisas realizadas pelo próprio site do Instagram em 2015 com cerca de 1000 jovens brasileiros entre 18 e 35 anos teve como resultado os seguintes dados: 61% dos jovens utilizam o aplicativo pelo menos uma vez ao dia; a mesma pesquisa traz que o Brasil é o segundo país que mais acessa o Instagram, o primeiro é os Estados Unidos (HAGE, 2017).

Desta forma pretende-se averiguar a relação do Instagram e os Esquemas Iniciais Desadaptativos nos jovens. Os Esquemas Iniciais Desadaptativos se desenvolvem durante a infância ou adolescência a partir do relacionamento dos mesmos com figuras importantes de seu convívio, construindo assim um padrão cognitivo e emocional disfuncional sobre si mesmo ou sobre os outros indivíduos. Com base em sua experiência clínica, Young propõe, após algumas alterações, um modelo composto por 18 esquemas, divididos em cinco domínios (WAINER, 2016).

Segundo Jesus, Salgado e Silva (2014) a exposição dos indivíduos nas redes sociais, estão envoltas a impressões pessoais acerca das vivências diárias, dos próprios sujeitos, podendo assim se descrever e receber respaldos de sua rede de seguidores. Sendo assim, questiona-se: É possível que haja uma prevalência dos Esquemas Iniciais Desadaptativos nos usuários do Instagram? Acredita-se que os Esquemas iniciais de defeito/vergonha podem estar relacionados à busca de aprovação social nos jovens por meio do Instagram.

Apesar do grande número de usuários brasileiros no Instagram, a relevância da pesquisa se dá pela ausência de estudos no Brasil. Quanto à relevância social, a postagem de fotografias se tornam rotineiras devido ao acesso constante dos jovens às mídias sociais, trazendo para análise a percepção das razões que levam a postagens de fotografias e como estas podem auxiliar na reflexão dos próprios indivíduos sobre suas postagens, possibilitando assim uma nova significação acerca da experiência online (HAGE, 2017).

A temática do presente estudo surgiu, a partir do atendimento no Centro de Saúde do Unicerp com o uso da terapia de esquemas e posteriormente com a investigação dos Esquemas Iniciais Desadaptativos do paciente, despertando então o questionamento e a possível relação

da rede social Instagram e a manutenção ou o desenvolvimento dos Esquemas Iniciais Desadaptativos por meio desta.

2 OBJETIVOS

2.1 Objetivo geral

Identificar os Esquemas Iniciais Desadaptativos de maior prevalência nos usuários do Instagram.

2.2 Objetivos específicos

Avaliar a frequência das publicações dos usuários do Instagram;

Averiguar pensamentos e sentimentos ao publicar no aplicativo Instagram;

3 DESENVOLVIMENTO

OS ESQUEMAS INICIAIS DESADAPTATIVOS EM USUÁRIOS DO INSTAGRAM

FRANCIELLE ABADIA DE SOUZA¹
TATIANA RIBEIRO MARIANO DE SOUZA²

RESUMO

Introdução: Com o avanço da tecnologia, os meios de comunicação foram inseridos no universo virtual e as mídias sociais passaram a fazer parte do cotidiano. O Instagram é uma rede social gratuita que surgiu em 2010 e, atualmente, tem números superiores a 150 milhões de usuários que compartilham cerca de 55 milhões de fotos ao dia. Dito isso, este estudo traz como questionamento a relação do Instagram e os Esquemas Iniciais Desadaptativos nos jovens, visto que, tais esquemas se desenvolvem durante a infância ou adolescência a partir do relacionamento dos mesmos com figuras importantes de convívio. **Objetivos:** Identificar os Esquemas Iniciais Desadaptativos de maior prevalência nos usuários do Instagram; avaliar a frequência das publicações dos usuários do Instagram; averiguar pensamentos e sentimentos ao publicar no aplicativo Instagram. **Material e Métodos:** Os participantes da pesquisa foram 10 alunos dos cursos de Educação Física e Nutrição do Centro Universitário do Cerrado Patrocínio (UNICERP), com idade entre 18 e 25 anos, usuários do aplicativo Instagram, no mínimo há quatro meses. A coleta de dados ocorreu através de uma entrevista semiestruturada, elaborada pelas pesquisadoras, e um Questionário de Esquemas de Young, aos que aceitaram participar do estudo. **Resultados:** Mediante análise de dados foi possível averiguar os Esquemas Iniciais Desadaptativos (EIDs) de maior prevalência emergindo dos resultados EIDs de três domínios sendo eles o segundo domínio é autonomia e desempenho prejudicado, que está associado aos esquemas de vulnerabilidade, o terceiro domínio é limites prejudicados, associa-se aos esquemas grandiosidade/merecimento e o domínio que se destacou diante dos resultados o quinto e último domínio que é supervigilância e inibição, estando este associado aos esquemas de inibição emocional, padrões inflexíveis/hipercriticidade, negativismo/pessimismo e caráter punitivo. Diante das entrevistas foi possível também a avaliação da frequência das publicações dos usuários do aplicativo onde grande parte dos usuários realizam publicações em momentos específicos, os chamados “momentos felizes” dentre eles, festas e viagens, como objetivo de receber o número máximo de curtidas ou visualizações em sua rede de contatos virtual. Além disso foi possível compreender os sentimentos e pensamentos ao publicar e receber curtidas e comentários, despertando sentimentos como: Ansiedade; felicidade; Inferioridade; Insegurança; Tristeza e Vergonha. **Considerações Finais:** A verificação dos EIDs, e sentimentos vivenciados ao utilizar o aplicativo Instagram possibilitaram uma análise entre os mesmos podendo estes motivar a pessoa a fazer o uso da rede social. A reação emocional dos entrevistados ao utilizar o aplicativo pode trazer indícios de ativação esquemática, e a análise

¹ Autora, Graduada em Psicologia pela UNICERP.

² Orientadora, Professora e Especialista do UNICEP.

das emoções permite uma melhor compreensão dos EIDs que emergiram dos resultados, podendo estes moldar a forma de utilização do aplicativo Instagram.

Palavras-chave: Rede Social. Instagram. Esquemas Iniciais Desadaptativos.

ABSTRACT

Introduction: With the advancement of technology, the media have entered the virtual world and social media have become part of everyday life. Instagram is a free social network that came out in 2010 and currently has numbers over 150 million users who share about 55 million photos a day. That said, this study brings into question the relationship between the Instagram and the Early Maladaptive Schemas in the young, since such schemes develop during childhood or adolescence from their relationship with important figures of conviviality. **Objectives:** Identify the most prevalent Early Maladaptive Schemas in Instagram users; evaluate the frequency of Instagram users' publications; ascertain thoughts and feelings when posting on Instagram application. **Material and Methods:** The participants of the research were 10 students of the Physical Education and Nutrition courses of the Centro Universitário do Cerrado Patrocínio (UNICERP), aged between 18 and 25 years, users of the Instagram application, for at least four months. The data were collected through a semistructured interview elaborated by the researchers and a Young Schema Questionnaire, to those who agreed to participate in the study. **Results:** Through data analysis, it was possible to investigate the most prevalent Early Maladaptive Schemas (EMS), emerging from the EMS results of vulnerability, grandiosity / merit, emotional inhibition, inflexible / hypercritical patterns, negativism / pessimism and punitive character. From the interviews it was possible to evaluate the frequency of the publications of the users of the application where a large part of the users carry out publications in specific moments, so-called "happy moments" among them, parties and trips, in order to receive the maximum number of likes or views in their virtual network of contacts. Besides that, it was possible to understand feelings and thoughts by publishing and receiving likes and comments, arousing feelings such as: Anxiety; happiness; Inferiority; Insecurity; Sadness and Shame. **Final Remarks:** The verification of the EMS, and feelings experienced using the Instagram application made possible an analysis between them. The emotional reaction of the interviewees when using the application can bring out signs of schematic activation, and the analysis of the emotions allows a better understanding of the EMS that emerged from the results, and these could shape the way in which the Instagram application is used.

Keywords: Social Networks. Instagram. Early Maladaptive Schemas.

3.1 INTRODUÇÃO

O presente trabalho se enquadra na linha de pesquisa Psicologia dos Processos Clínicos na abordagem Cognitivo Comportamental e tem como estudo a avaliação dos Esquemas Iniciais

Desadaptativos em usuários do Instagram, visto que com o avanço da tecnologia, os meios de comunicação foram inseridos no universo virtual e as mídias sociais passaram a fazer parte do cotidiano.

Segundo Boyd e Elisson (2008, apud HAGE, 2017), o espaço online pode ser visto como uma realidade paralela onde às informações divulgadas podem ser filtradas de acordo com o que cada sujeito pretende revelar. Redes sociais têm como características permitir que os indivíduos criem perfis online públicos e a partir destes perfis se conectem a outros usuários passando assim a ter acesso aos dados do perfil daqueles indivíduos. Assim, os indivíduos não estão limitados apenas a conhecer novas pessoas, mas sim criando a possibilidade do sujeito de montar seu perfil e torná-lo online para outros perfis.

O Instagram é uma rede social gratuita que surgiu em 2010, e nos dias atuais tem números superiores a 150 milhões de usuários em vários países que compartilham cerca de 55 milhões de fotos ao dia segundo dados (SOBRINHO; BARBOSA, 2014). O mesmo permite a seus adeptos o compartilhamento de fotos e vídeos, disponibilizando filtros para edição de imagem, obtendo assim imagens com aparência profissional, e posteriormente publicá-las, permitindo que outros usuários de sua rede visualizem, curtam e deixem seus comentários (HAGE, 2017).

Pesquisas realizadas pelo próprio site do Instagram em 2015 com cerca de 1000 jovens brasileiros entre 18 e 35 anos teve como resultado os seguintes dados: 61% dos jovens utilizam o aplicativo pelo menos uma vez ao dia; a mesma pesquisa traz que o Brasil é o segundo país que mais acessa o Instagram, o primeiro é os Estados Unidos (HAGE, 2017).

Desta forma pretende-se averiguar a relação do Instagram e os Esquemas Iniciais Desadaptativos nos jovens. Os esquemas iniciais desadaptativos se desenvolvem durante a infância ou adolescência a partir do relacionamento dos mesmos com figuras importantes de seu convívio, construindo assim um padrão cognitivo e emocional disfuncional sobre si mesmo ou sobre os outros indivíduos. Com base em sua experiência clínica, Young propõe, após algumas alterações, um modelo composto por 18 esquemas, divididos em cinco domínios (WAINER, 2016).

Segundo Jesus, Salgado e Silva (2014) a exposição dos indivíduos nas redes sociais, estão envolta às impressões pessoais acerca das vivências diárias, dos próprios sujeitos, podendo assim se descrever e receber respaldos de sua rede de seguidores. Sendo assim, questiona-se: É possível que haja uma prevalência dos Esquemas Iniciais Desadaptativos nos usuários do Instagram? Acredita-se que os Esquemas iniciais de defeito/vergonha podem estar relacionados à busca de aprovação social nos jovens por meio do Instagram.

Apesar do grande número de usuários brasileiros no Instagram a relevância da pesquisa se dá pela ausência de estudos no Brasil. Quanto à relevância social, as postagens de fotografias se tornam rotineiras devido ao acesso constante dos jovens as mídias sociais, trazendo para análise a percepção das razões que levam a postagens de fotografias e como estas podem auxiliar na reflexão dos próprios indivíduos sobre suas postagens, possibilitando assim uma nova significação acerca da experiência online (HAGE, 2017).

A temática do presente estudo surgiu, a partir do atendimento no Centro de Saúde do Unicerp com o uso da terapia de esquemas e posteriormente com a investigação dos Esquemas Iniciais Desadaptativos do paciente, despertando então o questionamento e a possível relação da rede social Instagram e a manutenção ou o desenvolvimento dos Esquemas Iniciais Desadaptativos por meio desta.

3.2 MATERIAL E MÉTODOS

3.2.1 Tipo de pesquisa

O presente estudo é de caráter qualitativo e descritivo, ou seja, é o entendimento do fenômeno perante toda sua complexidade. A análise qualitativa é a mais indicada, com base nas definições de problema e dos objetivos que se pretende averiguar (GODOY, 1995).

A pesquisa qualitativa vem sendo utilizada, por profissionais de saúde, em diversas áreas, especialmente nas últimas décadas. Isso se deve ao número de artigos recentes submetidos e aceitos em periódicos científicos, em que o homem é o foco de interesse da pesquisa qualitativa, sendo este um ser subjetivo, perante suas razões e emoções, singular, tornando assim os estudos ricos em sua análise para as descrições de vivências associadas a percepção do sujeito de pesquisa (BASSORA; CAMPOS, 2010).

Nesta abordagem tem grande valor o contato direto entre pesquisador, ambiente e a situação de pesquisa. Desta forma os dados são coletados, a partir da pesquisa de campo, podendo o pesquisador utilizar de equipamentos como gravadores, vídeos ou, simplesmente, fazendo anotações, possibilitando desta forma uma melhor compreensão e observação dos fenômenos por parte dos pesquisadores. Na pesquisa qualitativa faz-se necessário que o

pesquisador use de si como o instrumento mais confiável de seleção, observação, análise e interpretação dos dados colhidos (GODOY, 1995).

3.2.2 Cenário da pesquisa

A pesquisa foi realizada na cidade de Patrocínio situada em Minas Gerais, segundo dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), colhidos no ano de 2017 seu território é de 2.874,344 km², possuindo população estimada de 89.983 pessoas. Conforme dados disponibilizados pelo site do Centro Universitário do Cerrado de Patrocínio (UNICERP), a instituição teve origem das Faculdades Integradas de Patrocínio (FIP), sendo uma instituição de estabelecimento de ensino superior, tendo como mantenedora a Fundação Comunitária Educacional e Cultural de Patrocínio (FUNCECP), disponibilizando no curso de Educação Física o total de 134 alunos matriculados e Nutrição o total de 59 alunos matriculados, cenário este onde foi realizada a pesquisa.

3.2.3 Participantes da pesquisa

Foram convidados a participar da pesquisa alunos de dois cursos da área da saúde do Centro Universitário do Cerrado de Patrocínio (UNICERP), na cidade de Patrocínio–MG. Os mesmos foram abordados em suas respectivas salas de aulas em horário de intervalo, onde foram passadas informações sobre a pesquisa como: tema, objetivos e esclarecido possíveis dúvidas. 17 alunos manifestaram interesse foi passado a disponibilidade de horário na quinta-feira e sexta-feira, horários estes onde a sala da entrevistadora estava disponível por não haver período de aula. Dentre estes apenas 10 alunos compareceram nos horários agendados. Os testes e entrevistas foram realizados no sala do 10º de Psicologia de forma individual resguardando o entrevistado e a integridade dos resultados dos testes.

Os critérios de inclusão dos participantes da pesquisa foram: serem alunos dos cursos de Educação Física ou Nutrição do Centro Universitário do Cerrado de Patrocínio (UNICERP), terem idade entre 18 e 25 anos, serem usuários do aplicativo Instagram no mínimo há quatro meses e terem utilizado o mesmo na última semana.

3.2.4 Técnica de coleta de dados

Inicialmente, após autorização do Reitor (ANEXO A) as pesquisadoras foram até as salas dos cursos de Nutrição e Educação Física do UNICERP nos intervalos de aula com o propósito de explicar a pesquisa os objetivos da mesma e os critérios de inclusão. Assim os alunos que se disponibilizaram a participar da pesquisa foi determinado data e horário e informado a localização da sala que estaria disponível para a realização das entrevistas.

Determinado data e horário foi realizada a entrevista individual, na sala do 10º de Psicologia nas sextas-feiras, onde a mesma estava disponível por não haver aula neste dia, com a garantia da confidencialidade das informações.

A coleta de dados se deu através de uma entrevista semiestruturada elaborada pelas pesquisadoras (APÊNDICE A), com o intuito de reunir as informações acerca das características dos estudantes como: o sexo, a idade, qual o ano e o curso que frequentam, a quanto tempo utiliza a redes sociais Instagram, com qual frequência esta rede é utilizada, e para quais fins. Além disso, foi aplicado o Questionário de Esquemas de Young (YSQ-S3), já validado por Cazassa e Oliveira (2012), no Brasil (ANEXO C).

Questionário de Esquemas de Young — YSQ – S3 tem como objetivo avaliar 15 Esquemas Iniciais Desadaptativos, considerados como centrais na cognição humana. Formado por 90 afirmativas, possui uma escala tipo Likert de 1 a 6 para pontuação de acordo com a percepção do examinando. Inseridos em cinco grandes domínios, sendo eles: desconexão/rejeição, autonomia/desempenho prejudicados, limites prejudicados, orientação para o outro e supervigilância/inibição, se encontram os quinze esquemas (CAZASSA; OLIVEIRA, 2012).

3.2.5 Procedimento de análise de dados

Os relatos que emergiram das entrevistas semiestruturadas, foram gravados com o consentimento dos entrevistados, transcritos na íntegra, lidos exaustivamente e interpretados mediante a análise de conteúdo, na qual as informações são categorizadas. Havendo nesta fase uma interação significativa entre o pesquisador e o material de análise, podem aflorar a lembrança o contato direto com o sujeito de pesquisa, auxiliando desta forma na condução deste processo (CAMPOS, 2004).

A respeito do questionário de Young, foram transcritos para as folhas de correção onde foram destacadas as maiores pontuações, ou seja 4,5; 5 e 6. Em seguida, foi realizada uma média para cada esquema. As maiores médias foram destacadas para a definição dos EIDs.

Os participantes que obtiveram pontuações destacadas, novamente foram lidos seus relatos sobre o uso de Instagram buscando uma melhor análise dos resultados.

3.2.6 Questões éticas

Está de acordo com a Resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde, a qual estabelece as diretrizes para a pesquisa envolvendo seres humanos. O mesmo foi submetido a avaliação do Comitê de Ética em Pesquisa do UNICERP (COEP/UNICERP) e a coleta de dados somente foi realizada após aprovação do COEP/UNICERP (ANEXO B) e da assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

3.3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados dessa pesquisa foram apresentados em categorias, as quais foram subdivididas para melhor compreensão. Inicialmente foi apresentado o perfil sociodemográfico dos entrevistados, que são dados de identificação dos alunos da Nutrição e Educação Física por meio de uma entrevista. No total foram entrevistados 10 alunos.

Sendo assim, foi possível identificar os Esquemas Iniciais Desadaptativos de maior prevalência em usuários do Instagram que foram entrevistados. Os 10 participantes responderam voluntariamente a pesquisa, e foram identificados por Ed (alunos de Educação Física) e N (alunos de Nutrição), acompanhado de um número, para preservar a identidade dos mesmos.

3.3.1 Perfil Sociodemográfico dos Entrevistados

Após a coleta dos dados foi formulada a TAB.1 para categorizar as informações do perfil sociodemográfico dos entrevistados na presente pesquisa.

Tabela 1 - Perfil Sociodemográfico

Entrevistados	Sexo	Idade	Período
N 1	F	20	4°
N 2	M	18	2°
N 3	M	22	8°
N 4	F	25	8°
N 5	F	22	8°
N 6	F	25	8°
Ed 1	F	20	8°
Ed 2	M	24	8°
Ed 3	F	19	4°
Ed 4	M	19	4°

Fonte: Dados da Pesquisa.

A TAB. 1 mostra que a maioria dos entrevistados estão finalizando o curso de graduação onde (60%) já está cursando o último período. Quanto a predominância da idade variou entre 18 e 25anos de idade, além disso (60%) dos entrevistados são do sexo feminino.

Em relação a idade dos entrevistados, em 2015 o Instagram utilizou seu aplicativo Iconosquare que é integrado ao Instagram, servindo como instrumento de análise online dos perfis da rede social para realizar o estudo intitulado “Descubra o poder do Instagram”. Com o intuito de averiguar a audiência, teve como resultado que os usuários que mais dedicam seu tempo ao aplicativo são os jovens com idade entre 18 e 29 anos, sendo eles (64%) mulheres e (36%) homens (HAGE, 2017).

3.3.2 Os Esquemas Iniciais Desadaptativos de maior prevalência em usuários do Instagram

Segundo Young (2003), os Esquemas Iniciais Desadaptativos (EIDs), são padrões emocionais e cognitivos desadaptativos estáveis e duradouros que são desenvolvidos podendo estes se cristalizar precocemente na personalidade e/ou ao transcorrer da vida estabelecendo conexões com diversas psicopatologias, que intercedem a interação do indivíduo com a realidade. Assim Young desenvolve o Young Schema Questionnaire, um instrumento para identificar os Esquemas Iniciais Desadaptativos, possuindo uma versão original contendo 205 afirmativas, uma versão reduzida composta de 75 itens e a versão mais recente, constituída por 90 itens. Desta forma, se categoriza os esquemas em cinco grandes domínios com base no instrumento criado por Jeffrey E. Young (90 itens), o qual avalia 15 Esquemas Iniciais

Desadaptativos, analisando e mapeando através da somatória dos resultados de cada grupo que é composto por cinco questões, os quais configuram os domínios que citados a seguir.

Segundo Cazassa e Oliveira (2008) os cinco domínios se referem à tarefas evolutivas podendo assim desenvolver Esquemas Iniciais Desadaptativos da seguinte forma: o primeiro domínio é desconexão e rejeição associando-se aos esquemas de abandono, privação emocional, defeito/vergonha, abuso/desconfiança, isolamento social/alienação e indesejabilidade social, este domínio está ligado ao sentimento de frustração diante das expectativas de segurança, estabilidade, carinho e empatia, compartilhando desta forma sentimentos de consideração e aceitação.

O segundo domínio é autonomia e desempenho prejudicado, está associado aos esquemas de fracasso, vulnerabilidade, dependência/incompetência e emaranhamento. Este domínio avalia sentimentos de incapacidade, vivenciados no que diz respeito à separação dos demais e a capacidade de desenvolver autonomia (CAZASSA; OLIVEIRA, 2008).

O terceiro domínio é limites prejudicados, associa-se aos esquemas de autocontrole e autodisciplina insuficientes e grandiosidade/merecimento. Neste domínio pode-se identificar carência nos limites internos, ausência de responsabilidade e dificuldade na concretização de objetivos distantes. Visualiza prejuízo em respeitar os direitos dos outros, a colaborar e a se empenhar em metas ou desafios (CAZASSA; OLIVEIRA, 2008).

O quarto domínio é orientação para o outro, estando este associado aos esquemas de Subjugação, auto sacrifício e busca de aprovação/reconhecimento; se este domínio estiver presente na personalidade pode gerar um foco excessivo no que permeia o desejo por sentimento dos outros, buscando a obtenção de amor e podendo ultrapassar suas necessidades individuais, para obter aprovação (CAZASSA; OLIVEIRA, 2008).

O quinto e último domínio que é supervigilância e inibição, estando este associado aos esquemas de inibição emocional, padrões inflexíveis/hipercriticidade, negativismo/pessimismo e caráter punitivo. Este domínio bloqueia o comprometimento com a própria saúde em razão de impulsos excessivos impedindo assim a auto expressão, o relaxamento, a felicidade, o comprometimento e os relacionamentos íntimos, apresentando regras e expectativas rígidas perante o desempenho e o comportamento ético integrando estes como um padrão (CAZASSA; OLIVEIRA, 2008).

Os EIDs descritos por Young foram identificados na pesquisa, e foram analisados e mapeados através da somatória dos resultados de cada grupo que é composto por cinco questões, os quais configuram os domínios apresentando os seguintes resultados:

Tabela 2 - Os EIDs identificados

Entrevistados	Utiliza o Aplicativo (Anos)	EIDs	Escore	Domínios
N 1	4	=		
N 2	3	Inibição Emocional	4,6	5°
N 3	5	=		
N 4	3	Inibição Emocional	5	5°
N 5	5	Grandiosidade/Arrogo	4,6	3°
N 6	3	=		
Ed 1	2	=		
Ed 2	4	Vulnerabilidade	4,8	2°
		Padrões Inflexíveis	4,6	5°
		Negativismo	5,0	5°
Ed 3	5	Padrões Inflexíveis	5,4	5°
Ed 4	6	Padrões Inflexíveis	5,6	5°
		Postura Punitiva	5,0	5°
		Grandiosidade/Arrogo	5,0	3°

Fonte: Dados da Pesquisa

A TAB. 2 mostra que os entrevistados que apresentaram EIDs utilizam o aplicativo a mais de 3 (três) anos; os EIDS de maior prevalência foram: Padrões Inflexíveis; Inibição Emocional; Grandiosidade/Arrogo, respectivamente.

Em relação aos EIDs de maior prevalência que são, Padrões Inflexíveis; Inibição Emocional; Grandiosidade/Arrogo, Wainer (2016) traz que os mesmos relacionam-se com as seguintes emoções e sentimentos: solidão; ansiedade; culpa; vergonha; medo e raiva.

Os EIDs que emergiram das entrevistas e foram citados na TAB. 2, configuram os seguintes domínios: O segundo domínio que é autonomia e desempenho prejudicado, estando este associado ao esquema de vulnerabilidade. Este domínio avalia sentimentos de incapacidade, vivenciados no que diz respeito à separação dos demais e a capacidade de desenvolver autonomia, perceptível na fala do entrevistado (ED2) quando questionado sobre os sentimentos ao publicar. O entrevistado relata a busca pela aprovação, esta busca se dá pela expectativa de um feedback positivo do outro, podendo este reforçar o sentimento de incapacidade diante da autonomia do ato de postar, apresentando ansiedade neste período, característica esta do EID de vulnerabilidade:

Acho que o que todos sentem vontade de ser visto ser curtido ... ansioso pelo resultado...é bom sabe, e como se fosse aprovado algo que me faz bem eleva minha autoestima (ED2).

Outro domínio que surgiu nos resultados foi o terceiro domínio é limites prejudicados, associa-se aos esquemas grandiosidade/merecimento. Neste domínio pode-se identificar carência nos limites internos, ausência de responsabilidade e dificuldade na concretização de

objetivos distantes. Visualiza prejuízo em respeitar os direitos dos outros, a colaborar e a se empenhar em metas ou desafios;

Eu cheguei a ser tão viciada que tinha o dia que eu postava foto, tipo hoje as 18:00 horas eu tenho que postar uma foto porque eu sabia que aquele horário tinha mais gente online e conseqüentemente eu teria mais curtidas, porque queria ser mais vista, se não receber o esperado é como se fosse inferior aos que tinham mais que eu, isso seria vergonhoso (N2).

E por último o domínio que se destacou diante dos resultados foi o quinto e último domínio que é supervigilância e inibição, estando este associado aos esquemas de inibição emocional, padrões inflexíveis/hipercriticidade, negativismo/pessimismo e caráter punitivo. Este domínio bloqueia o comprometimento com a própria saúde em razão de impulsos excessivos impedindo assim a auto expressão, o relaxamento, a felicidade, o comprometimento e os relacionamentos íntimos, apresentando regras e expectativas rígidas perante o desempenho e o comportamento ético integrando estes como um padrão (CAZASSA; OLIVEIRA, 2008).

Os entrevistados que apresentaram EIDs do quinto domínio foram sucintos em suas respostas, buscando serem o mais objetivo possíveis quanto questionados sobre os sentimentos vivenciados ao receberem curtidas, ao contrário dos demais participantes sendo este perceptível nas seguintes falas:

Me sinto feliz (ED4).
Ansioso para ver quem vai curtir ou comentar (N2).

Evidenciou-se que as falas acima retratam como as pessoas se sentem diante a publicações e como estas emoções, no qual correlacionam com as ativações emocionais dos EIDs de maior prevalência apresentados na tabela. Wainer (2016) traz que os EIDs constituem em conjuntos de crenças nucleares referentes a temas centrais do desenvolvimento emocional, estabelecendo assim padrões comportamentais, cognitivos e emocionais sendo estes os modos esquemáticos (MEs). Consiste em um modo global de funcionamento do indivíduo em situações específicas de ativação emocional, podendo estes ser vivenciadas de formas saudáveis ou não naquela situação. A transição de modos saudáveis para desadaptativos acontece quando um ou mais EIDs são acionados; em outras palavras quando necessidades emocionais básicas não atendidas são revividas.

Objetivando uma melhor correlação entre os EIDs e o uso do aplicativo Instagram, a próxima categoria traz dados referentes a frequência de publicações dos usuários do aplicativo e os agentes motivadores.

3.3.3 A frequência de publicações dos usuários do Instagram e os agentes motivadores.

O Instagram é um aplicativo, que permite aos seus usuários o compartilhamento instantâneo de fotos e vídeos, onde os indivíduos que estão vinculados à rede podem seguir uns aos outros, curtir, comentar e compartilhar fotos e vídeos. Criado em 2010 por Kevin Systrom e Mike Krieger ultrapassa atualmente o número de 500 milhões de usuários pelo mundo, compartilhando mais de 80 milhões de fotos por dia (HAGE, 2017).

Perante a extensão do uso de dispositivos móveis como um hábito da esfera social, se torna perceptível a passagem da câmera digital para câmera do celular. Inserindo-se neste cenário como mediador do processo fotográfico e rede temos o Instagram onde as relações são pautadas inicialmente, pela expressão imagética nas fotos (GUIMARÃES; GOUVEIA, 2015).

Em 2015 o Instagram utilizou seu aplicativo Iconosquare, que é integrado ao Instagram, servindo como instrumento de análise online dos perfis da rede social, para realizar o estudo intitulado “Descubra o poder do Instagram”, com intuito de averiguar a audiência e o comportamentos dos usuários para fins de marketing, a amostra da pesquisa foi: 16.000 usuários em oito países, entre eles o Brasil. A pesquisa chegou aos seguintes dados: 64% de seus usuários são mulheres, sendo 36% homens, já no que diz respeito ao estado civil; 55% são solteiros; 22% estão em relacionamento sério e por último 20% são casados. Quanto a idade dos usuários, 73% estão, dentro do que o autor traz como “geração do milênio” ou geração Y, que corresponde a faixa etária de 15 a 35 anos, e a segunda maior amostra é, 14%, corresponde aos “adultos”, com idades de 35 a 50 anos (HAGE, 2017).

A maioria dos participantes da pesquisa, representando 90% dos entrevistados, nomeiam como atrativo do aplicativo a possibilidade de postar fotos bonitas. Para 76% dos entrevistados, ganhar curtidas os incentiva e encoraja a postarem fotos com mais frequência. Já nos dados referentes ao uso diário do aplicativo, 37% afirmaram fazer uso diariamente. (HAGE, 2017).

A TAB. 3 demonstra que (50%) dos entrevistados publica apenas em situações específicas, como viagens, festas e momentos que os entrevistados citam como “momentos felizes”, e (30%) dos entrevistados postam fotos semanalmente como podemos constatar nas seguintes falas:

Tabela 3 - Frequência de Publicações no Instagram

Frequência de Publicações	Entrevistados
Diária	N1
Semanal	ED1 N5 N6
Mensal	ED4
Apenas em situações específicas	ED2 ED3 N2 N3 N4

Fonte: Dados da Pesquisa.

Nesses momentos sabe viagens, que estou feliz... (ED2).

(...) em momentos que estou feliz que conquistei algo e estou orgulhoso em compartilhar (ED3).

(...) Há não sei responder posto momentos felizes (N4).

Já os entrevistados que disseram publicar semanalmente apresentaram falas como:

(...) posto toda semana principalmente meus vídeos de dança e trabalho (ED1).

(...)chego a ser tão viciada que tinha o dia que eu postava foto, tipo hoje as 18:00 horas eu tenho que postar uma foto porque eu sabia que aquele horário tinha mais gente online e consequentemente eu teria mais curtidas (N5).

Semanalmente, gosto de postar frases motivacionais e minhas também (N6)

A frequência de publicações seja ela diária, semanal ou em momentos específicos, se torna um ritual desenvolvido por cada participante segundo seus critérios de aprovação da rede, e que podem possibilitar a eles uma maior popularidade em seus respectivos perfis.

Segundo dados da pesquisa “Descubra o poder do Instagram” citada anteriormente neste artigo, apresentou em seus resultados que a maioria dos participantes da pesquisa, nomeiam como atrativo do aplicativo a possibilidade de postar fotos bonitas, e que ganhar curtidas os incentiva e encoraja a postarem fotos com mais frequência, a maioria afirmou fazer uso diariamente. As postagens ganham força durante os finais de semana e a menor “popularidade” é na segunda-feira (HAGE, 2017).

Recuero (2009) pontua que através da forma como as relações são organizadas nas redes sociais possibilitam a existência de atores que interagem entre si, o autor pondera sobre a presença de quatro valores do capital social, estabelecidos a partir da organização destas relações. O primeiro deles refere-se à visibilidade no que permeia o Instagram, diz respeito à presença do usuário na ferramenta e no retorno que o compartilhamento da imagem pode gerar. Por permitindo praticidade possibilitar a edição da foto no próprio aplicativo, e o compartilhamento

em outros aplicativos, acaba por potencializar a visibilidade. O segundo valor é a popularidade notado pelo número de curtidas que uma foto recebe. Já o número de seguidores de um perfil pode refletir na autoridade representada por ele, sendo este o terceiro valor notado através da divulgação de informações e da repercussão causada nos demais atores. E por último a reputação que é a conexão entre os outros valores, fundamentada na linha escolhida pela autora a reputação seria a percepção construída de alguém pelos demais atores.

Alguns entrevistados apresentaram rituais no que tange o ato de publicar no aplicativo, seja publicando semanalmente em momentos onde há chances de maior “popularidade” por haver uma concentração maior de usuários naquele dia e horário, ou publicando em momentos específicos os chamados “momentos felizes” dentre eles festas e viagens. O objetivo é o mesmo receber o número máximo de curtidas ou visualizações em sua rede de contatos virtual. Para melhor compreensão o próximo tópico apresenta os sentimentos e pensamentos vivenciados ao publicar no aplicativo Instagram e conseqüentemente ser visto curtido ou comentado e a relevâncias dos mesmos diante dos EIDs de maior prevalência citados na categoria inicial.

3.3.4 Os sentimentos e pensamentos vivenciados ao publicar e utilizar o Instagram

Beck (2013) traz o modelo cognitivo onde o mesmo propõe que pensamentos disfuncionais influenciam diretamente no humor (emoção) e o pensamento de cada indivíduo fazendo com que ele tenha uma reação (comportamento).

Tabela 4 - Sentimentos ao publicar no aplicativo

Sentimentos	Entrevistados
Ansiedade	N1 N2 N3 N4 N5 N6 ED2
Feliz	N1 N2 N3 N4 ED1 ED2 ED3 ED4
Inferior	N1 N2 N5 N6
Insegurança	N6
Tristeza	N1
Vergonha	N5

Fonte: Dados da Pesquisa.

A TAB. 4 permite destacar os sentimentos que emergiram da pesquisa que são eles: Ansiedade; Felicidade; Inferioridade; Insegurança; Tristeza e Vergonha respectivamente diante do ato de publicar como podemos verificar na seguinte tabela.

Wainer (2016) evidencia que a análise situacional é importante e que toda reação emocional intensa pode ser considerada, já que ela pode trazer indícios de uma ativação esquemática. Assim a emoção expressa pode servir como uma pista para a compreensão do EID ativado. Como mostra a TAB. 5:

Tabela 5 - Os EIDs e os sentimentos de ativação esquemática

EIDs	Sentimentos
Vulnerabilidade	Ansiedade
Grandiosidade/arrogo	Raiva, solidão, ansiedade
Padrões inflexíveis	Raiva, ansiedade e culpa
Inibição emocional	Vergonha, medo e solidão
Negativismo	Ansiedade e tristeza
Postura punitiva	Raiva, culpa e tristeza

Fonte: Wainer (2016).

A TAB. 5 traz os sentimentos de ativação esquemática dos distintos EIDs permitindo uma melhor correlação com os sentimentos apresentados pelos entrevistados na tabela quatro.

Pode-se compreender melhor esses sentimentos diante das seguintes respostas dos entrevistados:

Essa questão é boa eu sempre fico ansiosa para saber quantos curtidas eu vou ter, parece horrível mas eu fico esperando pelo menos 100 curtidas né, querendo ou não a gente quer sempre ser bem visto ter uma quantidade boa de curtida... mas tem um lado que nos faz sentir mal também as vezes abro lá e vejo uma foto como se diz, de biquíni e corpo perfeito, e as vezes acabo por me sentir incomodado por minhas fotos não serem tão perfeitas como daquela pessoa, e é engraçado porque pessoalmente eu não sou assim, não me importo tanto com a atenção, mas online sim (N1).

Ansioso para ver quem vai curtir ou comentar (...) Há se é da pessoa que a gente gosta a gente fica até assim né se sentindo importante, só espero comentários positivos até porque ninguém gosta de receber uma crítica e ficar deprimido principalmente quando é própria imagem que está sendo exposta (N2).

O que eu sinto, a gente sempre espera likes né, expectativa de muitas visualizações, por que sempre queremos alcançar mais né, sempre o número máximo de pessoas (N3).

(...) eu sabia que aquele horário tinha mais gente online e conseqüentemente eu teria mais curtidas, porque queria ser mais vista, se não receber o esperado é como se fosse inferior aos que tinham mais que eu, isso seria vergonhoso (N5).

Há não sei, ansiosa se vai ter um retorno quando posto, quando é foto a gente fica acompanhando curtida né, a gente quer atenção agora quanto tenho pouca curtida eu já tive vez de fazer uma postagem e tirar porque poucas pessoas curtiram me senti como se a publicação fosse ofensiva e preferi tirar. A gente sempre importa se vai ter curtida ou não, não tem como (N6).

Me sinto feliz e espero um retorno diante da publicação que as pessoas curtam (ED1).

Penso que o que todos sentem vontade de ser visto ser curtido, risos ... ansioso pelo resultado... e quando recebo curtidas como se fosse aprovado algo que me faz bem eleva minha autoestima (ED3).

Espero curtidas ne é como se fosse um reconhecimento, penso que fui aprovado no que postei (ED4).

Nas falas citadas pode-se perceber que os participantes que apresentaram emoções como ansiedade, correlacionam o mesmo a vulnerabilidade ou expectativa de grandiosidade diante do ato de receber curtidas e comentários, o que os deixam com sentimento de felicidade. No entanto se essa curtida ou comentário não correspondem as expectativas de grande proporção, surgem sentimentos de inferioridade, tristeza e vergonha vivenciados como uma crítica.

Segundo Hage (2017) as redes sociais são o local onde os sujeitos vivenciam de forma plena uma nova realidade espaço-temporal, tonando-se um local onde os jovens compartilham seu cotidiano e o modo pelo qual querem ser reconhecidos. Em específico no Instagram este compartilhamento é feito através de fotografias.

Recuero e Rebs (2013) trazem que é perceptível que, os sujeitos parecem estabelecer através de suas páginas pessoais, uma reprodução por intermédio das imagens, nas quais as mesmas sejam extensões da sua realidade, assegurando assim sua presença no ciberespaço, com intuito de estabelecer uma sociabilidade virtual.

A análise dos sentimentos, pensamentos e dos relatos dos entrevistados permite uma melhor compreensão e interligação com os EIDs, o espaço online é vivenciado de forma intensa assumindo a extensão da vida cotidiana, um local onde os entrevistados expõem através da fotografia suas inseguranças, sentimentos onde a curtida é um agente reforçador e de aprovação, e sua ausência desperta questionamentos. A fim de complementar essa categoria e identificar as principais categorias de fotos que são publicadas, e como a não curtida dessa categoria desperta questionamentos à própria imagem, a subcategoria a seguir busca sanar este questionamento.

Pontos estes que levam à reflexão que o sujeito exerce papéis e pode abarcar múltiplas identidades, sem necessariamente, estas serem, identidades fragmentadas. O ponto onde se

almeja chegar é que os contextos, a informação que se busca transmitir e como essas informações são interpretadas compõem a construção da identidade. Sendo o Instagram um local onde pode-se perceber todos esses aspectos. As postagens fotográficas, que constituem perfil, são peças da construção do que se anseia transmitir. Por conseguinte, a dinâmica que se formulada entre a vivência da experiência e o registro como meio de comprovação fazem parte da concepção da identidade (GUIMARÃES; GOUVEIA, 2015).

3.3.4.1 Principais categorias publicadas

A versão original do Instagram está em constante aprimoramento de suas ferramentas, com destaque para os filtros, empregados para dar efeitos nas fotos; para modificar a imagem como; o brilho, contraste, saturação; a sincronização. Os usuários dispõem também da possibilidade de compartilhamento em outras redes sociais; a evolução do aplicativo conta com a criação de um aplicativo próprio, chamado Hyperlapse, cuja a finalidade é gravar vídeos acelerados sem perder a qualidade (GUIMARÃES; GOUVEIA, 2015).

Todas essas transformações, tanto na parte estrutural quanto no impacto de uso, demarcaram a construção de um espaço cujo registro de imagens é incentivado e justificado pelos próprios criadores como uma ferramenta que permite materializar os momentos vividos em fotografias e vídeos, transformando-os em memória (GUIMARÃES; GOUVEIA, 2015, p. 23).

Permitindo uma constante modificação de si mesmo, as redes sociais, disponibilizam aos seus usuários, alterar as informações de seus perfis, podendo estes, ser editados e modificados de forma a alterar desde seus interesses pessoais até seu nome e data de nascimento (HAGE, 2017).

Tabela 6 - Categorias Publicadas

Categorias (Fotos e Vídeos)	Entrevistados
Acompanhadas	ED3 ED4
Divulgação do trabalho	ED1 ED2
Família	N3 ED3
Humor	N6
Individuais	N1 N2 N3 N4 N5 N6 ED1 ED2 ED3 ED4
Momentos felizes	N1 N2 N3 ED2
Motivacionais	N6
Viagens	N1 N3 ED2

Fonte: Dados da Pesquisa.

A TAB. 6 Traz as categorias publicadas onde é possível verificar que grande parte das publicações são Individuais, que acontecem principalmente em situações que os participantes nomeiam de “momentos felizes” e viagens.

Podem ser observadas nas seguintes falas:

(...) posto mais quando eu viajo, sempre tiro foto e coloco, ou algum evento que eu vou também posto, e também tem a situação as vezes estou me sentindo bonito bato a foto e posto por me sentir bacana na foto (N1).

Só fotos minhas, apenas em momentos engraçados felizes, mas nem sempre tudo é assim ... sabe é aquela histórias da vida feliz no Instagram principalmente os famosos a gente pensa não é possível que vive feliz assim tudo e fácil como aparenta ser, porque eu não vivo feliz como eles sempre (N2)

Mais de momentos marcantes sejam eles individuais; em família, self mesmo deve ter uma ou duas muito raro, acho que não é a intensão do meu perfil acho que a intensão e mostrar momentos marcantes (N3).

Fotos individuais ... é meio confuso porque virou rotineiro (N5)

(...) a maioria individuais, costume publicar nesses momentos sabe, de viagens, que estou feliz (ED2)

Fotos pessoais, ou de algum evento que eu vou com colegas também (ED4).

As imagens de representação do sujeito, que são divulgadas na rede social, a partir do momento que são selecionadas e editadas, partem do pressuposto que, serão avaliadas pelo público. Deste modo o sujeito se antecipa para que, seja mostrada sua melhor versão, buscando o melhor cenário e ângulo para a fotografia, antecipando assim um julgamento positivo,

reforçando desta forma, a felicidade que é dominante no mundo online, partindo da hipótese que, a aprovação social advém da representação de si, como o mais belo e feliz (HAGE, 2017).

A própria produção fotográfica, em que se escolhem filtros, ângulos e recortes para uma imagem ideal, são aspectos com os quais as pessoas que utilizam o Instagram começam a pensar e, ainda, se preocupar, pois diante de uma fotografia considerada interessante, pode existir um retorno, seja por uma curtida ou uma popularização do perfil (GUIMARÃES; GOUVEIA, 2015, p. 27).

Dados da pesquisa “Descubra o poder do Instagram” citada anteriormente neste artigo, aonde sua amostra foi: 16.000 usuários em oito países, entre eles o Brasil. Traz que a maioria dos participantes da pesquisa, representando 90% dos entrevistados, nomeiam como atrativo do aplicativo a possibilidade de postar fotos bonitas (HAGE, 2017).

A categoria que ganha destaque diante das categorias é a de fotos individuais permitindo assim uma melhor compreensão da categoria anterior referente ao sentimentos e pensamentos vivenciados ao publicar no aplicativo e por conseguinte receber curtidas que funcionam como um termômetro de aprovação, onde um elevado número de curtidas é relacionado a sentimentos e emoções de aprovação, e o número inferior de curtidas (número este que é pré-estabelecido por cada candidato como esperado), e se não alcançado o entrevistado vivencia sentimentos de vergonha, desaprovação. Compreender a categoria permite um melhor entendimento das emoções e sentimentos visto que na maioria dos casos a não curtida é vivenciada como uma crítica a auto imagem ou uma desaprovação diante da postagem, a curtida não recebida se torna motivo de questionamentos.

É importante ressaltar que a identidade, de alguma forma, sempre foi um componente ligado ao reconhecimento de um pelo outro. E, em diferentes períodos, ela esteve representada por aspectos conjunturais (GUIMARÃES; GOUVEIA, 2015, p. 27).

3.4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante dos resultados da pesquisa foi possível identificar a prevalência de EIDs em usuários do Instagram, sendo este o problema de pesquisa do presente artigo, no entanto, a hipótese foi refutada, não tendo presente em seus resultados o Esquema Inicial Desadaptativos

de defectividade e vergonha. No que tange os objetivos, foi possível a identificação dos EIDs de maior prevalência, bem como, a frequência de publicações no aplicativo, os sentimentos e pensamentos vivenciados ao publicar.

Permitiu-se com o presente estudo uma percepção das vivências dos entrevistados ao usar o aplicativo Instagram, como a utilização do mesmo pode despertar sentimentos distintos e ativações de padrões esquemáticos. Diante do avanço das mídias sociais se ressalta a importância de estudos que abarquem a temática. O presente estudo abrangeu os discentes de dois cursos de graduação, área da saúde, dessa faculdade, assim, desperta novos questionamentos e hipóteses sobre o tema, pois, a presença online dos indivíduos nas redes sociais se intensifica, como foi possível perceber nas últimas eleições o alto fluxo de publicações e interações na rede, só enaltecendo como o cyber espaço abarca cada vez mais as temáticas sociais.

3.5 REFERÊNCIAS

BASSORA, J. B.; CAMPOS, C. J. G. Metodologia clínico-qualitativa na produção científica no campo da saúde e ciências humanas: uma revisão integrativa. **Revista Eletrônica de Enfermagem**, São Paulo, v. 12, n. 4, p. 753-760, 2010.

CAMPOS, C. J. G. Método de análise de conteúdo: ferramenta para a análise de dados qualitativos no campo da saúde. *Revista Brasileira de Enfermagem*, Brasília, v. 57, n. 5, p. 611-614, 2004.

CAVALCANTE, R. B.; CALIXTO, P.; PINHEIRO, M. M. K. Análise de conteúdo: considerações gerais, relações com a pergunta de pesquisa, possibilidades e limitações do conteúdo. **Artigo de Revisão, Informações e Sociedade**, João Pessoa, v.24, n. 1, p. 13-18, 2014.

CAZASSA, M. J.; OLIVEIRA, M. S. Terapia focada em esquemas: conceituação e pesquisas. **Revista de Psiquiatria Clínica**, São Paulo, v. 35, n. 5, p. 187-195, 2008.

CAZASSA, M. J.; OLIVEIRA, M. S. Validação brasileira do questionário de esquemas de Young: forma breve. **Estudos de Psicologia**, Campinas, v. 29, n. 1, p. 23-31, 2012.

CENTRO DO UNIVERSITÁRIO DO CERRADO PATROCÍNIO (UNICERP). 2018. Disponível em: <<http://www.unicerp.edu.br/>>. Acesso em: 20 mai. 2018.
GODOY, A. S. Introdução à pesquisa qualitativa e suas possibilidades. **Revista de Administração de Empresas**, São Paulo, v. 35, n. 2, p. 57-63, 1995.

GUIMARÃES, C. M. A.; GOUVEIA, T. M. O. A. Vida em filtros: construções identitárias no instagram. **Esferas**, Brasília, v. 4, n. 6, p. 21-29, 2015.

HAGE, Z. C. M. Jovens adultos em rede: significados dos autorretratos postados no Instagram. 97 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia Clínica), Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo, 2017.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). **Panorama**. 2010. Disponível em: <<https://cidades.ibge.gov.br/brasil/mg/patrocínio/panorama>> Acesso em: 20 mai. 2018.

JESUS, E. A; SALGADO, T. B. P.; SILVA, P. I. R. Performances e produções de efeitos subjetivos do Instagram e Youtube. **Revista Fronteiras- Estudos Midiáticos**, São Leopoldo, v. 16, n. 3, p. 243-256, 2014.

RECUERO, R. **Redes Sociais na Internet**. Rio Grande do Sul: Sulina, 2009.

RECUERO, C. L.; REBS, R. As significações da produção da fotografia em sites de redes sociais. **Rumores**, São Paulo, v. 7, n. 13, p. 156-175, 2013.

SOBRINHO, A. B. F.; BARBOSA, A. L. criatividade no Instagram como ferramenta de inovação para as organizações. **Signos do consumo**, São Paulo, v. 6, n. 1, p.125-137, 2014.

WAINER, R.; PAIM, K.; ERDOS, R. ANDRIOLA, R. (Orgs.). **Terapia focada em esquemas: integração em psicoterapia**. Porto Alegre: Artmed, 2016.

YOUNG, J. E. **Terapia cognitiva para transtornos da personalidade: uma abordagem focada em esquemas**. Tradução Maria Adriana Veríssimo Veronese. 3. ed. Porto Alegre: ArtMed, 2003.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante dos resultados da pesquisa foi possível identificar a prevalência de EIDs em usuários do Instagram, sendo este o problema de pesquisa do presente artigo, no entanto, a hipótese foi refutada, não tendo presente em seus resultados o Esquema Inicial Desadaptativos de defectividade e vergonha. No que tange os objetivos, foi possível a identificação dos EIDs de maior prevalência, bem como, a frequência de publicações no aplicativo, os sentimentos e pensamentos vivenciados ao publicar.

Diante dos resultados e buscando uma melhor correlação entre os EIDs e o uso do aplicativo Instagram, a frequência de publicações dos usuários do aplicativo e os agentes motivadores, os entrevistados apresentam rituais no que tange o ato de publicar no aplicativo. Ao publicar cria-se uma expectativa diante das curtidas e comentários, o que desperta sentimentos de ansiedade diante do retorno da “rede social”, se o retorno está dentro da expectativa do entrevistado, surge sentimentos de felicidade e aprovação social, no entanto, se esse retorno não supre as expectativas, surgem sentimentos como inferioridade, insegurança, tristeza e vergonha.

A análise dos sentimentos, pensamentos e dos relatos das entrevistas permite uma melhor compreensão e interligação com os EIDs, o espaço online é vivenciado de forma intensa, assumindo a extensão da vida cotidiana, um local onde os entrevistados expõe através da fotografia suas inseguranças e sentimentos. Receber curtidas, que funcionam como um termômetro de aprovação, onde um elevado número de curtidas é relacionado a sentimentos e emoções de aprovação e sua ausência desperta questionamentos à própria imagem. A predominância entre as publicações é de fotos individuais, permitindo assim, uma melhor compreensão dos sentimentos e pensamentos vivenciados ao publicar no aplicativo.

Permitiu-se com o presente estudo uma percepção das vivências dos entrevistados ao usar o aplicativo Instagram, como a utilização do mesmo pode despertar sentimentos distintos e ativações de padrões esquemáticos. Diante do avanço das mídias sociais se ressalta a importância de estudos que abarquem a temática. O presente estudo abrangeu os discentes de dois cursos de graduação, área da saúde, dessa faculdade, assim, desperta novos questionamentos e hipóteses sobre o tema, pois, a presença online dos indivíduos nas redes sociais se intensifica, como foi possível perceber nas últimas eleições o alto fluxo de

publicações e interações na rede, só enaltecendo como o cyber espaço abarca cada vez mais as temáticas sociais.

5 REFERÊNCIAS

BASSORA, J. B.; CAMPOS, C. J. G. Metodologia clínico-qualitativa na produção científica no campo da saúde e ciências humanas: uma revisão integrativa. **Revista Eletrônica de Enfermagem**, São Paulo, v. 12, n. 4, p. 753-760, 2010.

CAMPOS, C. J. G. Método de análise de conteúdo: ferramenta para a análise de dados qualitativos no campo da saúde. *Revista Brasileira de Enfermagem*, Brasília, v. 57, n. 5, p. 611-614, 2004.

CAVALCANTE, R. B.; CALIXTO, P.; PINHEIRO, M. M. K. Análise de conteúdo: considerações gerais, relações com a pergunta de pesquisa, possibilidades e limitações do conteúdo. **Artigo de Revisão, Informações e Sociedade**, João Pessoa, v.24, n. 1, p. 13-18, 2014.

CAZASSA, M. J.; OLIVEIRA, M. S. Terapia focada em esquemas: conceituação e pesquisas. **Revista de Psiquiatria Clínica**, São Paulo, v. 35, n. 5, p. 187-195, 2008.

CAZASSA, M. J.; OLIVEIRA, M. S. Validação brasileira do questionário de esquemas de Young: forma breve. **Estudos de Psicologia**, Campinas, v. 29, n. 1, p. 23-31, 2012.

CENTRO DO UNIVERSITÁRIO DO CERRADO PATROCÍNIO (UNICERP). 2018. Disponível em: <<http://www.unicerp.edu.br/>>. Acesso em: 20 mai. 2018.

GODOY, A. S. Introdução à pesquisa qualitativa e suas possibilidades. **Revista de Administração de Empresas**, São Paulo, v. 35, n. 2, p. 57-63, 1995.

GUIMARÃES, C. M. A.; GOUVEIA, T. M. O. A. Vida em filtros: construções identitárias no instagram. **Esferas**, Brasília, v. 4, n. 6, p. 21-29, 2015.

HAGE, Z. C. M. Jovens adultos em rede: significados dos autorretratos postados no Instagram. 97 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia Clínica), Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo, 2017.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). **Panorama**. 2010. Disponível em: <<https://cidades.ibge.gov.br/brasil/mg/patrocínio/panorama>> Acesso em: 20 mai. 2018.

JESUS, E. A.; SALGADO, T. B. P.; SILVA, P. I. R. Performances e produções de efeitos subjetivos do Instagram e Youtube. **Revista Fronteiras- Estudos Midiáticos**, São Leopoldo, v. 16, n. 3, p. 243-256, 2014.

RECUERO, C. L.; REBS, R. As significações da produção da fotografia em sites de redes sociais. **Rumores**, São Paulo, v. 7, n. 13, p. 156-175, 2013.

SOBRINHO, A. B. F.; BARBOSA, A. L. criatividade no Instagram como ferramenta de inovação para as organizações. **Signos do consumo**, São Paulo, v. 6, n. 1, p.125-137, 2014.

WAINER, R.; PAIM, K.; ERDOS, R. ANDRIOLA, R. (Orgs.). **Terapia focada em esquemas: integração em psicoterapia**. Porto Alegre: Artmed, 2016.

YOUNG, J. E. **Terapia cognitiva para transtornos da personalidade: uma abordagem focada em esquemas**. Tradução Maria Adriana Veríssimo Veronese. 3. ed. Porto Alegre: ArtMed, 2003.

APÊNDICES

APÊNDICE A – Entrevista semiestruturada

Sexo:

Idade:

Qual curso de graduação frequenta:

Período:

1- O que te levou a utilizar o aplicativo?

2- Há quanto tempo utiliza o aplicativo?

3- Costuma utilizar o aplicativo durante o horário escolar/estágio/trabalho?

4- Qual a frequência que você publica no Instagram?

5- Quais categorias de vídeos e imagens você compartilha?

6- Qual (ou quais) emoção (emoções) você sente enquanto usa o aplicativo?

7- Qual a primeira coisa que vem a sua cabeça quando pensa em usar o Instagram?

8- Como você se sente ao publicar algo no aplicativo?

9- O que você pensa e sente quando percebe que curtiram ou comentaram uma publicação realizada por você?

APÊNDICE B – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO PARA PARTICIPANTES MAIORES DE 18 ANOS

Eu, Francielle Abadia de Souza, estudante do curso de Psicologia do Centro Universitário do Cerrado Patrocínio, convido-o(a) a participar de pesquisa sobre Os Esquemas Iniciais Desadaptativos em usuários do Instagram, que tem como objetivo cujo objetivo é Identificar os Esquemas Iniciais Desadaptativos de maior prevalência nos usuários do Instagram, analisando desta forma a frequência das publicações dos usuários do Instagram; averiguando pensamentos e sentimentos ao publicar no aplicativo Instagram e a relação entre os Esquemas Iniciais Desadaptativos de defeito/vergonha e a forma como os jovens utilizam o Instagram.

A sua participação é voluntária, sendo sua colaboração muito importante para o andamento da pesquisa, que consiste em inicialmente responder a uma entrevista no melhor dia, horário e local para os participantes, que mediante a autorização pretende-se gravar e em seguida, o questionário será entregue, e as pesquisadoras aguardarão até os mesmos serem respondidos.

Serão assegurados a você o anonimato, o sigilo das informações, a privacidade e todas as condições que lhe garantam a proteção à dignidade constitucionalmente assegurada. A utilização dos resultados da pesquisa será exclusiva para fins técnico-científicos. Os riscos na participação serão minimizados mediante a atuação do pesquisador pela atenção e zelo no desenvolvimento dos trabalhos em assegurar ambiente seguro, confortável e de privacidade, evitando desconforto e constrangimento. Por outro lado, se você concordar em participar na pesquisa estará contribuindo para o desenvolvimento da ciência nesta área. Os resultados da pesquisa serão analisados e publicados, mas sua identidade será assegurada e mantida em absoluto sigilo. Caso concorde em participar, em qualquer momento você poderá solicitar informações ou esclarecimentos sobre o andamento da pesquisa, bem como desistir dela e não permitir a utilização de seus dados, sem prejuízo para você. Você não terá nenhum tipo de despesa e não receberá nenhuma gratificação pela participação na pesquisa.

Consentimento:

Declaro ter recebido de Francielle Abadia de Souza, estudante do curso de Psicologia) do Centro Universitário do Cerrado Patrocínio, as orientações sobre a finalidade e objetivos da pesquisa, bem como sobre a utilização das informações que forneci somente para fins científicos, sendo que meu nome será mantido em sigilo. Aceito participar da pesquisa por meio da realização de entrevista e em seguida, de questionário, bem como permito a utilização dos dados originados da mesma. Estou ciente de que poderei ser exposto(a) a riscos de constrangimentos associados ao meio aceite do convite, e que poderei, a qualquer momento, interromper a minha participação, sem nenhum prejuízo pessoal. Fui informado(a) que não terei nenhum tipo de despesa nem receberei nenhum pagamento ou gratificação pela minha participação. Declaro que minhas dúvidas foram esclarecidas suficientemente e concordo em participar voluntariamente das atividades da pesquisa.

Assinatura do(a) participante(a): _____

Data: ____/____/____.



Impressão de polegar
caso não assine

Pesquisadora: Francielle Abadia de Souza

Rua: Rua copo de leite, 41, Pôr do Sol

Assinatura: _____ Data: ____/____/____

Orientadora: Prof. Esp. Tatiana Ribeiro Mariano

Rua: Rua Santos Dumont, 163, Apartamento 201, Centro

Assinatura: _____ Data: ____/____/____

Comitê de Ética em Pesquisa do UNICERP: Fone: (34) 3839-3737 ou 0800-942-3737

Av. Liria Terezinha Lassi Capuano, 466, Campus Universitário - Patrocínio – MG, CEP: 38740.000

ANEXO

ANEXO A - Autorização do Reitor para a Pesquisa



DECLARAÇÃO

Declaro, para os devidos fins, que as pesquisadoras Tatiana Ribeiro Mariano de Souza e Francielle Abadia de Souza, estão autorizadas a realizar pesquisa **OS ESQUEMAS INICIAIS DESAPTATIVOS EM USUÁRIOS DO INSTAGRAM**, com a finalidade de realizar seu Trabalho de Conclusão do Curso de Psicologia, do UNICERP – Centro Universitário do Cerrado - Patrocínio.

Declaro ainda ter conhecimento da pesquisa a ser realizada e de ter sido previamente informado de como serão utilizados os dados coletados nesta instituição.

Patrocínio, 20 de junho de 2018.


Prof. Dr. Wagner Antonio Bernardes
Reitor UNICERP

Wagner Antônio Bernardes
Reitor UNICERP

ANEXO B - Aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa do COEP/UNICERP



COEP – Comitê De Ética Em Pesquisa – UNICERP

Protocolo de encaminhamento de Projeto de Pesquisa para o Comitê de Ética em Pesquisa com seres humanos

1. PROJETO DE PESQUISA

Nº PROTOCOLO: 2018/450-PS/025

1.1. TÍTULO DO PROJETO

Os Esquemas Iniciais Desadaptativos em usuários do Instagram

1.2. PESQUISADOR RESPONSÁVEL

Nome: Tatiana Ribeiro Mariano de Souza

RG: MG 10304774

CPF: 04533195644

Endereço: Rua Santos Dumont, 163, Apartamento 201, Centro

Telefone:

Celular: 034 988878429

E-mail: tatianaribeiro@unicerp.edu.br

1.3. INSTITUIÇÃO RESPONSÁVEL

Centro Universitário do Cerrado Patrocínio

1.4. PROJETO DE PESQUISA

Recebido no COEP/UNICERP em: 19/06/2018

Para o relator em: 22/06/2018

Parecer avaliado em reunião de: 02/07/2018

Aprovado: 02/07/2018

Diligência/pendências: ___/___/___

Não aprovado: ___/___/___


Diretor(a) do COEP/UNICERP

COEP-UNICERP
Prof.ª M.ª Angela M. Drumond Lage
COEP-UNICERP

CENTRO UNIVERSITÁRIO DO CERRADO PATROCÍNIO

Avenida Liria Terezinha Lassi Capuano, 466 • Caixa Postal 99 • CEP 38747-792 • Patrocínio • MG
Telefone: (34) 3839.3737 • Site: www.unicerp.edu.br • E-mail: unicerp@unicerp.edu.br

ENTIDADE MANTENEDORA:
FUNDAÇÃO COMUNITÁRIA
EDUCACIONAL E CULTURAL
DE PATROCÍNIO - FUNCECP

ANEXO C - QUESTIONÁRIO DE ESQUEMAS DE YOUNG — YSQ – S3

Jeffrey Young, Ph.D.

(Tradução e adaptação para uso no Brasil por Carlos Eduardo Seixas e Silvio Vasconcellos, conforme os direitos de utilização para pesquisa adquiridos junto ao Schema Therapy Institute)

Nome _____ Idade ____ Data _____

Estado Civil _____ Escolaridade _____ Profissão _____

Instruções: Abaixo estão listadas as afirmações que as pessoas podem utilizar para se descrever. Por favor, leia cada afirmação e, em seguida, classifique-a com base em como você se encaixa **durante este último ano**. Quando você não tiver certeza, baseie sua resposta sobre o que você *sente emocionalmente*, e não sobre o que você pensa ser verdadeiro.

Alguns dos itens se referem sobre sua relação com os seus pais ou parceiros românticos. Se alguma(s) desta(s) pessoa(s) faleceu, por favor, responda esses itens com base nas suas relações de quando estava(m) vivo(s). Se atualmente não tem um(a) parceiro(a) romântico(a), mas teve relacionamentos amorosos no passado, por favor, responda o item com base em seu relacionamento amoroso significativo mais recente.

Escolha a melhor pontuação de 1 a 6 na escala de classificação abaixo que melhor descreve você, em seguida, escreva sua resposta na linha antes de cada declaração.

ESCALA DE CLASSIFICAÇÃO

- 1 = Completamente falso sobre mim
- 2 = Mais falso do que verdadeiro sobre mim
- 3 = Um pouco mais verdadeiro do que falso sobre mim
- 4 = Moderadamente verdadeiro sobre mim
- 5 = Em grande parte verdadeiro sobre mim
- 6 = Me descreve perfeitamente

-
1. ____ Eu não tenho ninguém que cuide de mim, que compartilhe comigo a sua vida ou que se preocupe realmente com tudo o que acontece comigo.
 2. ____ Costumo me apegar muito às pessoas que são mais próximas de mim porque tenho medo que elas me abandonem.
 3. ____ Sinto que as pessoas irão aproveitar-se de mim.
 4. ____ Sou um(a) desajustado(a).
 5. ____ Nenhum homem/mulher de quem eu goste pode gostar de mim depois de conhecer os meus defeitos ou fraquezas.

6. ____ Quase nada do que faço no trabalho (ou na escola) é tão bom como aquilo que os outros são capazes de fazer.
7. ____ Não me sinto capaz de me arranjar sozinho(a) no dia-a-dia.
8. ____ Não consigo deixar de sentir que alguma coisa de ruim está para acontecer.
9. ____ Não tenho sido capaz de me separar dos meus pais, assim como fazem as outras pessoas da minha idade.
10. ____ Sinto que, se fizer o que quero, só vou acabar tendo problemas.
11. ____ Sou sempre eu que acabo cuidando das pessoas que são mais próximas a mim.
12. ____ Sou muito controlado(a) para revelar os meus sentimentos positivos aos outros (por ex., afeto, mostrar que me preocupo).
13. ____ Tenho que ser o(a) melhor em quase tudo o que faço; não aceito ficar em segundo lugar.
14. ____ Tenho muita dificuldade em aceitar um "não" como resposta quando quero alguma coisa dos outros.
15. ____ Não consigo me disciplinar o suficiente para cumprir tarefas rotineiras ou chata.
16. ____ Ter dinheiro e conhecer pessoas importantes faz eu me sentir uma pessoa com valor.
17. ____ Mesmo quando as coisas parecem estar correndo bem, sinto que isso é apenas temporário.
18. ____ Se cometer um erro, mereço ser punido.
19. ____ Não tenho pessoas que me dêem carinho, apoio e afeto.
20. ____ Preciso tanto dos outros que me preocupo com o fato de poder perdê-los.
21. ____ Sinto que tenho sempre que me defender na presença dos outros, senão eles irão machucar-me intencionalmente.
22. ____ Sou fundamentalmente diferente das outras pessoas.
23. ____ Ninguém que eu deseje gostaria de ficar comigo depois de conhecer-me como sou realmente.
24. ____ Sou incompetente quando se trata de atingir objetivos.
25. ____ Sinto-me uma pessoa dependente, no que se refere ao que tenho que fazer no dia-a-dia.
26. ____ Sinto que uma desgraça (natural, criminal, financeira ou médica) pode atingir-me a qualquer momento.
27. ____ Eu e os meus pais temos tendência a nos envolvermos excessivamente na vida e nos problemas uns dos outros.
28. ____ Sinto que não tenho escolha além de ceder à vontade dos outros, caso contrário, eles irão retaliar-me, ficar zangados ou rejeitar-me de alguma maneira.
29. ____ Sou uma boa pessoa porque penso mais nos outros do que em mim.
30. ____ Considero embaraçoso expressar os meus sentimentos aos outros.
31. ____ Esforço-me para fazer o melhor; não posso me contentar em ser 'bom o suficiente'.
32. ____ Sou especial e não devia ser obrigado(a) a aceitar muitas das restrições ou limitações que são impostas aos outros.
33. ____ Se não consigo atingir um objetivo, fico facilmente frustrado(a) e desisto.
34. ____ Aquilo que consigo alcançar tem mais valor para mim, se for algo que os outros reparem.
35. ____ Se algo de bom acontecer, preocupo-me com o fato de que algo ruim venha acontecer a seguir.

36. ____ Se não me esforçar ao máximo, é de se esperar que as coisas corram mal.
37. ____ Tenho sentido que não sou uma pessoa especial para ninguém.
38. ____ Preocupo-me que as pessoas a quem estou ligado(a) me deixem ou me abandonem.
39. ____ Mais cedo ou mais tarde, acabarei sendo traído(a) por alguém.
40. ____ Sinto que não pertença a nenhum grupo; sou um solitário.
41. ____ Não tenho valor suficiente para merecer o amor, a atenção e o respeito dos outros.
42. ____ A maioria das pessoas tem mais capacidades do que eu no que diz respeito a trabalho e objetivos.
43. ____ Tenho falta de bom senso.
44. ____ Preocupa-me poder ser fisicamente agredido por alguém.
45. ____ É muito difícil para mim e para os meus pais, termos segredos íntimos que não contamos uns aos outros, sem nos sentirmos traídos ou culpados por isso.
46. ____ Nas minhas relações com os outros, geralmente deixo que eles me dominem.
47. ____ Estou tão ocupado(a) em fazer coisas para as pessoas de quem gosto que tenho pouco tempo para mim.
48. ____ Para mim é difícil ser afetuoso e espontâneo(a) com os outros.
49. ____ Tenho que atender à altura todas as minhas responsabilidades e funções.
50. ____ Detesto ser reprimido(a) ou impedido(a) de fazer o que quero.
51. ____ Tenho muita dificuldade em abrir mão de uma recompensa ou prazer imediato, para alcançar um objetivo a longo prazo.
52. ____ Sinto-me pouco importante, a não ser que receba muita atenção dos outros.
53. ____ Todo o cuidado é pouco; quase sempre algo vai dar errado.
54. ____ Se não fizer bem o que me compete, mereço sofrer as consequências.
55. ____ Não tenho tido ninguém que me ouça atentamente, que me compreenda ou que perceba os meus verdadeiros sentimentos e necessidades.
56. ____ Quando sinto que alguém de quem eu gosto está afastando-se de mim, fico desesperado.
57. ____ Sou bastante desconfiado quanto às intenções das outras pessoas.
58. ____ Sinto-me afastado(a) ou desligado dos outros.
59. ____ Sinto que nunca poderei ser amado por alguém.
60. ____ Não sou tão talentoso(a) no trabalho como a maioria das pessoas.
61. ____ Meu julgamento não é confiável para situações do dia-a-dia.
62. ____ Preocupa-me poder perder todo o dinheiro que tenho e ficar muito pobre ou na miséria.
63. ____ Com frequência sinto que é como se os meus pais vivessem através de mim; não tenho uma vida própria.
64. ____ Sempre deixei que os outros escolhessem por mim, por isso, não sei realmente aquilo que quero para mim.
65. ____ Tenho sido sempre eu quem ouve os problemas dos outros.
66. ____ Controlo-me tanto que as pessoas pensam que não tenho sentimentos ou que sou insensível.
67. ____ Sinto sobre mim uma pressão constante para fazer coisas e atingir objetivos.
68. ____ Sinto que não devia ter que seguir as regras e convenções habituais que as outras pessoas têm que seguir.
69. ____ Não consigo obrigar-me a fazer coisas que não gosto, mesmo quando sei que é para o meu bem.

70. ____ Quando faço uma intervenção numa reunião ou quando sou apresentado a alguém num grupo, é importante para mim, obter reconhecimento e admiração.
71. ____ Por mais que trabalhe, preocupa-me poder ficar na miséria e perder quase tudo o que possuo.
72. ____ Não interessa porque é que cometi um erro; quando faço algo errado, tenho que sofrer as consequências.
73. ____ Não tenho tido uma pessoa forte ou sábia para me dar conselhos ou me dizer o que fazer quando não tenho a certeza de qual atitude tomar.
74. ____ Às vezes, a preocupação que tenho com o fato de as pessoas poderem me deixar é tão grande, que acabo por afastá-las.
75. ____ Estou geralmente à procura de segundas intenções ou de motivos ocultos por detrás do comportamento dos outros.
76. ____ Em grupos, sinto-me sempre fora deles.
77. ____ Sou completamente inaceitável para poder mostrar-me tal como sou às outras pessoas ou para deixar que me conheçam bem.
78. ____ No que diz respeito ao trabalho (ou à escola) não sou tão inteligente como a maior parte das pessoas.
79. ____ Não tenho confiança nas minhas capacidades para resolver problemas que surjam no dia-a-dia.
80. ____ Preocupo-me em poder desenvolver uma doença séria, ainda que não tenha sido diagnosticado nada de grave por um médico.
81. ____ Com frequência, sinto que não tenho uma identidade separada da dos meus pais ou companheiro(a).
82. ____ Tenho bastante dificuldade para conseguir que os meus sentimentos sejam levados em consideração e os meus direitos sejam respeitados.
83. ____ As outras pessoas consideram que faço muito pelos outros e não faço o suficiente por mim.
84. ____ As pessoas acham que tenho dificuldade em expressar o que sinto.
85. ____ Não posso descuidar, de forma leviana, das minhas obrigações e nem dar desculpas pelos meus erros.
86. ____ Sinto que o que tenho para oferecer tem mais valor do que aquilo que os outros têm para dar.
87. ____ Raramente tenho sido capaz de levar as minhas decisões até ao fim.
88. ____ Receber muitos elogios dos outros faz com que eu me sinta uma pessoa que têm valor.
89. ____ Preocupa-me que uma decisão errada possa provocar uma catástrofe.
90. ____ Sou uma pessoa má que merece ser punida.

© 2005 Jeffrey Young, Ph. D. Special thanks to Gary Brown, Ph.D., Scott Kellogg, Ph.D., Glenn Waller, Ph.D., and the many other therapists and researchers who contributed items and feedback in the development of the YSQ. Unauthorized reproduction without written consent of the author is prohibited. For more information, write: Schema Therapy Institute, 36 West 44th St., Ste. 1007, New York, NY10.