

UNIVERSIDADE DE LISBOA
FACULDADE DE PSICOLOGIA



**TEMPO E IDENTIDADE:
DISTORÇÕES TEMPORAIS, DISSOCIAÇÃO E
MEMÓRIAS AUTOBIOGRÁFICAS**

Mafalda Almeida Falcão

MESTRADO INTEGRADO EM PSICOLOGIA

Área de Especialização em Psicologia Clínica e da Saúde - Psicologia Clínica Dinâmica

2021

UNIVERSIDADE DE LISBOA
FACULDADE DE PSICOLOGIA



**TEMPO E IDENTIDADE:
DISTORÇÕES TEMPORAIS, DISSOCIAÇÃO E
MEMÓRIAS AUTOBIOGRÁFICAS**

Mafalda Almeida Falcão

Dissertação orientada pela Prof. Doutora Ana Sofia Medina

MESTRADO INTEGRADO EM PSICOLOGIA

Área de Especialização em Psicologia Clínica e da Saúde - Psicologia Clínica Dinâmica

2021

Agradecimentos

À Professora Ana Medina, pela liberdade, criatividade e encorajamento no percorrer e desbravar do conhecimento. Agradeço a linguagem comum, o entendimento mútuo e a confiança que possibilitou esta viagem tão agradável.

À minha família, Mãe, Pai, Pedro, Francisco e Catarina, pelo amor e apoio.

Ao Tiago, por tornares fáceis os momentos difíceis e por fazeres sentido do mundo quando o mundo não faz sentido. Por ouvires os meus delírios, por me deixares partilhar as conquistas e frustrações, pela compreensão e pelo apoio. Pelas longas conversas, pelos dias de chá e chuva, pelas tardes de cerveja e sol e pela música.

Às Ritas Valentim e Cuña, companheiras de tese, de estudo, de ideias, de conversa e de partilha. Ao Ultimacto e a todos os amigos que a Psicologia e o Teatro me deram, Melissa, João, Luís, Dora, Ilpo e Sarroeira, muito obrigada.

A todos os amigos e familiares que ajudaram a divulgar os questionários. Sem vocês esta tese não existia! Um muito obrigada também a todos os participantes.

Às queridas Professoras Bárbara Santos e Márcia Bessa, pela amável disponibilidade para traduzir os questionários; aos Professores Isabel Maria Ferro Malha e David Michael Greer, também pela ajuda na tradução.

Aos investigadores autores dos questionários, pela generosa disponibilidade, confiança e encorajamento.

E por fim, aos lugares que me acolheram e que me viram fazer a tese. À Carrapichana, ao Malavado, a Sesimbra, à Biblioteca da Faculdade, ao café de Belém, do Saldanha, do Largo Camões e do Campo Grande e às esplanadas de Lisboa. Sem o sol e o mar não teria sido tão agradável.

Naturally, if what I say has truth in it, this will already have been dealt with by the world's poets, but the flashes of insight that come in poetry cannot absolve us from our painful task of getting step by step away from ignorance toward our goal

Winnicott, 1964, "Fear of breakdown"

Resumo

A presente investigação incide sobre o estudo das Distorções da Experiência Temporal, nomeadamente distorções da Sucessão Temporal e da Integração temporal e experiências de *timelessness*; e sobre a exploração da sua relação com a identidade, através do estudo das Experiências Dissociativas normativas e da Coesão da Narrativa Autobiográfica. Os principais objetivos da investigação prendem-se com (1) explorar as distorções da Experiência Temporal; (2) perceber como as diferentes distorções na Experiência Temporal se relacionam com Experiências Dissociativas; (3) perceber como as diferentes distorções da Experiência Temporal se relacionam com a Coesão das Narrativas Autobiográficas; (4) e explorar a relação entre a Coesão das Narrativas Autobiográficas e as Experiências de Dissociação. Fizeram parte do estudo 221 participantes com média de idades de 35.69 anos, que completaram um Questionário Sociodemográfico, o *Time Integration Questionnaire* (TIQ), o *Awareness of Narrative Identity Questionnaire* (ANIQ) e o *Dissociative Experiences Scale* (DES). Os instrumentos TIQ e ANIQ foram, ainda, traduzidos para a população portuguesa.

Os resultados sugerem que o contacto com a arte, a presença de psicopatologia e o consumo de substâncias psicotrópicas não prescritas são fatores que se relacionam com as distorções na Sucessão e Integração Temporal; e que a experiência mística se relaciona ainda com experiências de *timelessness*. Se por um lado experiências positivas, como a criatividade, se relacionam com distorções na Experiência Temporal, também experiências negativas, como a psicopatologia e o consumo de substâncias, demonstram essa relação. As implicações deste aparente paradoxo são exploradas na discussão. Os resultados sugerem ainda que a Experiência Dissociativa, principalmente ao nível da Despersonalização/ desrealização, se associa a experiências de *timelessness* e que explica e prevê melhor distorções na Sucessão Temporal; e que a falha na Coesão das Narrativas Autobiográficas, principalmente na Coesão Causal, explica e prevê melhor distorções na Integração Temporal. Ou seja, Experiências de Dissociação preveem distorções na experiência temporal do instante, do presente e de momentos específicos; e problemas na Coesão das Narrativas Autobiográficas preveem distorções no paradigma e na experiência global e integradora do tempo.

Palavras-chave: tempo; distorções temporais; *timelessness*; identidade; dissociação; narrativa autobiográfica

Abstract

This research focuses on the study of time distortions, specifically on time succession and time integration and on experiences of timelessness; and on the relationship between these time distortions and identity through the study of normative dissociative experiences and the coherence of autobiographical narratives. The main objectives are (1) exploring the different types of time distortions; (2) exploring the relationship between time distortions and dissociative experiences; (3) exploring the relationship between time distortions and the coherence of autobiographical narratives; (4) and exploring the relationship between the coherence of autobiographical narratives and dissociative experiences. There were 221 participants on this research with an average of 35.69 years old. They answered a Sociodemographic Questionnaire, the Time Integration Questionnaire (TIQ), the Awareness of Narrative Identity Questionnaire (ANIQ) and the Dissociative Experiences Scale (DES). The TIQ and ANIQ were also translated and adapted to the Portuguese population.

The results suggest that contact with art, psychopathology and the consumption of nonprescription drugs are related to temporal distortions; and that mystical experiences are also related to experiences of timelessness. On the one hand, positive experiences such as creativity and art are related to distortions in time experience. On the other hand, negative experiences such as psychopathology and drug consumption are also related to the distortions in time experience, which suggests a paradox. The implications of these relationships are discussed in this study. The results also suggest that dissociative experiences, especially the experience of depersonalization/ derealization is related to the experience of timelessness and is better at predicting distortions in time succession; and that the lack of autobiographical memory coherence, especially of causal coherence, is better at predicting distortions in temporal integration. These findings seem to suggest that dissociative experiences explain distortions in specific experiences situated in particular moments in time, whilst lack of autobiographical memory coherence explains distortions of the time flow and of the temporal paradigm.

Keywords: time; time distortions; timelessness; identity; dissociation; autobiographical narrative

Índice

1. Introdução.....	1
2. Revisão de Literatura.....	2
2.1. Tempo na Filosofia, Mitologia e Psicanálise	2
2.2. Construção e Desenvolvimento do Self e Desenvolvimento da Noção Temporal.....	7
2.2.1. Pré Simbolização.....	7
2.2.2. Pós Simbolização	9
2.3. Vivências Temporais.....	10
2.3.1. Tempo Objetivo e Tempo Subjetivo	10
2.3.2. Vivências Temporais Subjetivas	12
2.3.3. Distorções na Experiência Temporal	14
2.3.3.1. Polo da fragmentação	15
2.3.3.2. Polo da eternidade e experiência de <i>timelessness</i>	17
2.3.3.3. Distorções na experiência temporal e psicopatologia	21
2.4. Tempo e Dissociação	21
2.4.1. Experiências Dissociativas.....	22
2.4.2. Experiências Dissociativas e Experiência Temporal.....	26
2.5. Tempo, Memórias e Narrativa Autobiográfica	27
2.5.1. Memórias Autobiográficas.....	27
2.5.2. Construção de Narrativas Autobiográficas e Identidade	28
2.5.3. Narrativa Autobiográfica, Identidade e Temporalidade.....	31
2.6. Objetivos e Hipóteses.....	32
3. Metodologia.....	34
3.1. Participantes	34
3.1.1. Critérios de Inclusão e de Exclusão	34
3.1.2. Caracterização da Amostra.....	34
3.2. Instrumentos	36
3.2.1. Questionário Sociodemográfico (QS)	36

3.2.2. Time Integration Questionnaire (TIQ)	37
3.2.3. Awareness of Narrative Identity Questionnaire (ANIQ).....	37
3.2.4. Dissociative Experiences Scale (DES).....	38
3.2.5. Tradução e adaptação do TIQ e do ANIQ.....	38
3.3. Procedimento.....	39
3.4. Procedimento Estatístico	39
4. Resultados.....	40
4.1. Caracterização das Variáveis	40
4.1.1. Variáveis do Questionário Sociodemográfico.....	40
4.1.2. Experiência Temporal (TIQ), Experiência Dissociativa (DES) e Consciência e Coerência da Narrativa Autobiográfica (ANIQ)	41
4.2. Relação entre Tempo, Dissociação e Narrativas Autobiográficas (NA)	41
4.2.1. Relação entre Tempo, Dissociação e Narrativas Autobiográficas e QS.....	42
4.2.2. Relação entre Timelessness, Arte, Religião e Misticismo	44
4.3. Relações de Dependência entre Variáveis.....	44
4.3.1. Identidade e Temporalidade	44
4.3.2. Narrativa Autobiográfica (NA) e Temporalidade	47
4.4. Comparações da amostra.....	49
4.4.1. Experiência de Timelessness.....	50
4.4.1.1. <i>Timelessness</i> e Sucessão e Integração Temporal.....	51
4.4.1.2. <i>Timelessness</i> , Experiência Dissociativa e Consciência e Coerência da Narrativa Autobiográfica.....	52
4.4.2. Extremos da Experiência de Dissociação.....	55
4.4.3. Extremos da Coesão da Narrativa Autobiográfica	56
4.5. Experiência Temporal: <i>Timelessness</i> , Sucessão e Integração	57
5. Discussão	58
5.1. Experiência Temporal	58
5.1.1. Experiência Temporal: <i>Timelessness</i> , Sucessão e Integração.....	58
5.1.2. Tempo, Arte, Religião e Misticismo	58

5.2. Experiência Temporal e Experiência Dissociativa.....	59
5.3. Experiência Temporal e Consciência e Coerência da NA.....	61
5.4. Experiência Dissociativa e Consciência e Coerência da NA	62
5.5. Principais Conclusões	62
5.6. Limitações do Estudo	64
5.7. Pistas para Futuras Investigações.....	64
Referências Bibliográficas.....	66

Índice de Figuras

Figura 1	13
Figura 2	20
Figura 3	26
Figura 4	27
Figura 5	31

Índice de Quadros

Quadro 1. Nível de Escolaridade dos Participantes: Frequências (n) e Percentagens (%).....	35
Quadro 2. Perturbações Psicológicas/ Psiquiátricas dos Participantes Diagnosticados: Frequências (n) e Percentagens (%).....	35
Quadro 3. Questões do Segundo Bloco do QS: Frequências (n) e Percentagens (%).....	40
Quadro 4. Correlações Entre Resultados Totais do TIQ, ANIQ, DES e Variáveis do Questionário Sociodemográfico – Coeficiente Bisserial por Pontos.....	42
Quadro 5. Correlações Entre Experiência de um Indivíduo se ter Sentido Parado ou Fora do Tempo e Variáveis do Questionário Sociodemográfico – Phi.....	44
Quadro 6. Modelo de Regressão Linear Entre as Experiências Dissociativa (VI) e Temporal (VD).....	45
Quadro 7. Modelo Regressão Linear Entre Experiência Dissociativa (VI) e Sucessão Temporal (VD).....	45
Quadro 8. Modelo Regressão Linear Entre Experiência Dissociativa (VI) Integração Temporal (VD).....	46
Quadro 9. Modelo de Regressão Linear Entre a Despersonalização/ Desrealização (VI) e a Experiência Temporal (VD).....	46
Quadro 10. Modelo de Regressão Linear Entre a Consciência e Coerência da Narrativa Autobiográfica (VI) e a Experiência Temporal (VD).....	47
Quadro 11. Modelo de Regressão Linear Entre a Consciência e Coerência da Narrativa Autobiográfica (VI) e a Sucessão Temporal (VD).....	48
Quadro 12. Modelo de Regressão Linear Entre a Consciência e Coerência da Narrativa Autobiográfica (VI) e a Integração Temporal (VD).....	48
Quadro 13. Modelo Regressão Linear Entre a Coesão Temporal (VI) e a Experiência Temporal (VD).....	49
Quadro 14. Grupos A1, A2, B1, B2, C1, C2, C3 – Frequências (n) e Percentagens (%)..	50

Quadro 15. Comparação dos Grupos A1 e A2 na Experiência Temporal – Média (M), Desvio Padrão (DP), Valores de t e Valores de p – Teste t de Student.....	51
Quadro 16. Comparação dos Grupos B1 e B2 na Experiência Temporal – Média (M), Desvio Padrão (DP), Valores de t e Valores de p – Teste t de Student.....	51
Quadro 17. Comparação dos Grupos B1 e B2 na Experiência Temporal – Média (M), Desvio Padrão (DP), Valores de t e Valores de p – Teste t de Student.....	52
Quadro 18. Comparação Grupos A1 e A2 na Experiência Dissociativa e na Consciência e Coerência da NA – Média dos Postos (M), Valores de U e Valores de p – Teste U de Mann-Whitney.....	53
Quadro 19. Comparação Grupos B1 e B2 na Experiência Dissociativa e na Consciência e Coerência da NA – Média dos Postos (M), Valores de U e Valores de p – Teste U de Mann-Whitney.....	53
Quadro 20. Comparação dos Grupos C1 e C2 – Média dos Postos (M), Valores de U e Valores de p – Teste U de Mann-Whitney.....	54
Quadro 21. Comparação dos Grupos D ⁻ e D ⁺ – Média (M), Desvio Padrão (DP), Valores de t e Valores de p – Teste t de Student.....	56
Quadro 22. Comparação dos Grupos E ⁻ e E ⁺ – Média (M), Desvio Padrão (DP), Valores de t e Valores de p – Teste t de Student.....	57
Quadro 23. Correlações Entre TIQ e Experiências de <i>Timelessness</i> – Coeficiente Bisserial por Pontos.....	57
Quadro 24. Correlação de Itens-Score Total e Correlação de Itens-Total para cada Escala do Time Integration Questionnaire.....	90
Quadro 25. Correlação de Itens-Score Total e Correlação de Itens-Total para cada Escala do Awareness of Narrative Identity Questionnaire.....	92
Quadro 26. Testes de Normalidade da Distribuição Para Resultados Totais e Escalas dos Instrumentos Utilizados – Testes de Kolmogorov-Smirnov e de Shapiro-Wilk.....	95
Quadro 27. Média, Desvio-Padrão, Máximo e Mínimo de Resposta Para Resultado Total e Para Cada Escala dos Questionários.....	96

Quadro 28. Correlações Entre Experiência Temporal e Experiência Dissociativa – Coeficiente de Correlação de Pearson.....	97
Quadro 29. Correlações Entre Experiência Temporal e Consciência e Coerência da Narrativa Autobiográfica – Coeficiente de Correlação de Pearson.....	98
Quadro 30. Correlações Entre Consciência e Coerência da Narrativa Autobiográfica e Experiência Dissociativa – Coeficiente de Correlação de Pearson.....	99
Quadro 31. Correlações Entre Resultados Totais e Escalas do TIQ, ANIQ, DES e Grau de Absorção – Coeficiente de Correlação de Spearman.....	100
Quadro 32. Testes de Normalidade da Distribuição dos Resíduos Padronizados (RP) e Não Padronizados (RNP) dos Modelos de Regressão – Testes de Kolmogorov-Smirnov e de Shapiro-Wilk.....	101
Quadro 33. Testes de Normalidade da Distribuição dos Resíduos Padronizados (RP) e Não Padronizados (RNP) dos Modelos de Regressão – Testes de Kolmogorov-Smirnov e de Shapiro-Wilk.....	102

Índice de Anexos

Anexo 1. Questionário Sociodemográfico.....	87
Anexo 2. Tradução e Adaptação dos Instrumentos TIQ e ANIQ.....	89
Anexo 3. Validação Psicométrica da Versão Adaptada dos Instrumentos.....	91
Anexo 4. Apresentação do Estudo e Consentimento Informado.....	95
Anexo 5. Testes de Normalidade da Distribuição dos Resultados dos Instrumentos Utilizados.....	96
Anexo 6. Médias, Desvio Padrão, Máximos e Mínimo de Respostas.....	97
Anexo 7. Correlações entre Experiência Temporal e Experiência Dissociativa.....	98
Anexo 8. Correlações entre Experiência Temporal e Consciência e Coerência da Narrativa Autobiográfica.....	99
Anexo 9. Correlações entre Consciência e Coerência da Narrativa Autobiográfica e Experiência Dissociativa	100
Anexo 10. Correlações entre Resultados de Instrumentos e Grau de Absorção.....	101
Anexo 11. Testes de Normalidade da Distribuição dos Resíduos dos Modelos de Regressão com a Experiência Dissociativa como VI.....	102
Anexo 12. Testes de Normalidade da Distribuição dos Resíduos dos Modelos de Regressão com a Consciência e Coerência da Narrativa Autobiográfica como VI.....	103
Anexo 13. Descrição dos Instrumentos a Traduzir.....	104
Anexo 14. Princípios Gerais da Construção de Itens de Avaliação Psicológica.....	109
Anexo 15. Tradução do TIQ e ANIQ (Tradutora 1).....	110
Anexo 16. Tradução do TIQ e ANIQ (Tradutora 2).....	111
Anexo 17. Versão Provisória da Tradução do TIQ.....	116
Anexo 18. Versão Final da Tradução do ANIQ (Falcão, 2021).....	118
Anexo 19. <i>Back Translation</i> (Tradutor 3).....	120
Anexo 20. <i>Back Translation</i> (Tradutora 4).....	125

Anexo 21. <i>Back Translations</i> – Versões enviadas aos autores.....	130
Anexo 22. Versão Final da Tradução do TIQ (Falcão, 2021).....	135

1. Introdução

Neste estudo, pretende-se tomar a investigação sobre o tempo como tema central, explorando-o através da relação entre as suas distorções e os fenómenos dissociativos, procurando a ocorrência destes fenómenos em indivíduos da população não clínica com o objetivo de relacionar uma estabilidade de representação de si com uma estabilidade da experiência temporal; e entre as suas distorções e a compreensão da identidade como construção autobiográfica, a partir das memórias e das narrativas autobiográficas, procurando uma relação entre tempo, identidade e construção autobiográfica.

O fenómeno temporal é um fenómeno importante em várias dimensões da psicologia, estudado na psicologia cognitiva (Zimbardo & Boyd, 2008); na psicologia do desenvolvimento (Colarusso, 1979, 1987; Piaget, 1955); na dimensão de *lifespan* e ciclo de vida (Erikson, 1950); nos modelos ecológicos (Bronfenbrenner, 1995); na psicopatologia, associado a diversas perturbações, como por exemplo à esquizofrenia (Stanghellini et al., 2016) e às perturbações do humor (Fuchs, 2001) ; na prática clínica (Green, 2009; Hartocollis, 2003); até nas neurociências (Damásio, 2002), entre outros. A presente investigação pretende constituir-se como um avanço no estudo do fenómeno temporal, em particular no estudo das distorções da experiência temporal.

No próximo capítulo apresenta-se uma revisão de literatura sobre a compreensão do fenómeno temporal em várias áreas de conhecimento, começando por uma breve contextualização filosófica e pela descrição do processo de desenvolvimento de conceitos e noções temporais; centrando-se depois nas diferentes distorções da experiência temporal; e finalmente e sobre a dissociação e a coesão das narrativas autobiográficas e a sua relação com a dimensão temporal. No fim, delineiam-se os principais objetivos desta investigação e as respetivas hipóteses. No capítulo seguinte, apresenta-se a metodologia, caracteriza-se a amostra, apresentam-se os instrumentos e o processo da sua adaptação para a população portuguesa, e os procedimentos metodológico e estatístico. De seguida, são apresentados os resultados, discutidos depois, e por fim realçam-se as principais conclusões do estudo, destacam-se as suas limitações e sugerem-se novas pistas para investigações futuras.

2. Revisão de Literatura

2.1. Tempo na Filosofia, Mitologia e Psicanálise

O que é o tempo? Como disse famosamente Santo Agostinho no 11º Livro das suas *Confissões*, originalmente publicadas entre 397 AC e 400 AC (Augustine & Chadwick, 2009): “O que é o tempo, então? Se ninguém me perguntar, eu sei; mas, se quiser explicar a alguém que me pergunte, não sei.” (Agostinho, 2017, p. 244). É como se fosse fundamentalmente intuitivo, mas tão abstrato, que seria difícil definir.

Santo Agostinho foi um dos autores pioneiros na ideia de que só o presente existe efetivamente – o presente das coisas passadas estaria relacionando com memória; o das coisas presentes com contemplação; e das coisas futuras com expectativa (Augustine & Chadwick, 2009). Esta noção de que existem temporalidades simultâneas num único momento presente foi também adotada por outros filósofos posteriores, como Leibniz, Berkeley, Kant e Bergson (Blackburn, 2005). Para Platão, o tempo é “a moving image of eternity”¹ (Earman & Gale, 1999, p. 920), o que leva a outra questão – a direção da seta temporal (Runes, 1984), isto é, se a mudança temporal é apenas unidirecional, do passado para o presente, ou se se move em todas as direções. Para a presente investigação, dois autores sobressaem na sua compreensão do fenómeno temporal: Bergson e Heidegger.

Bergson postula que as coisas externas, os objetos e as imagens, perduram nelas próprias, independentes do sujeito, da sua subjetividade e da sua percepção (Campbell, 2007). Ao contrário de outros fenomenologistas, como Sartre, que defendia que é a subjetividade do sujeito que constrói a noção temporal, para Bergson as coisas perduram temporalmente independentemente do sujeito que a percebe (Campbell, 2007). Também Newton acreditava que o tempo existia em si próprio, independente do exterior (Earman & Gale, 1999). Por outro lado, para Bergson, como para Platão, a noção de movimento no tempo é muito importante. Nada é estático, pelo contrário, e a experiência do self seria compreendida através de um *fluxo de interação* entre dois vetores opostos – o vetor virtual inconsciente, das sensações, ligado à *memória* e ao passado; e o vetor da matéria, consciente, da *percepção*, ligado ao presente. Essas duas tendências, *memória* e *percepção*, coexistiriam numa interação, até se convergirem num todo experienciável (Campbell, 2007). Assim, para Bergson, não existe experiência direta – a mediação pela

¹ Tradução: Imagem em movimento da eternidade

memória ou pela percepção não deixaria o sujeito ter um acesso totalmente verdadeiro e fiel ao mundo (Bergson, 1907/1944). O passado não seria experienciável *no* presente, só *através* do presente. Só através da percepção do presente as memórias seriam vividas. Estes dois movimentos opostos, direcionados para o passado (memórias) e para o presente (percepção), seriam a base da experiência, numa constante recriação do passado em termos do presente, que pode ser visto como uma formulação prematura de *Nachtraglichkeit*, um conceito de Freud posteriormente desenvolvido por Lacan (1964/2005).

A ideia fundamental do *Nachtraglichkeit*, traduzido para francês como *après-coup*, é a ideia de alteração na temporalidade linear unidirecional clássica, na qual passado precede presente e presente precede futuro. Numa temporalidade de *après-coup*, o fluxo temporal é bidirecional, porque não é apenas o passado que leva ao presente, mas o caminho pode fazer-se no sentido inverso (Meissner, 2007). Quando no presente se alteram memórias do passado, a direção temporal é revertida (Cournut, 1999). Esta formulação de temporalidade pode ocorrer em várias situações. Na psicopatologia, é recorrente estar associada a trauma (Bistoën et al., 2014), por exemplo nos efeitos atrasados de um trauma anterior, como relatado por Freud (1895/1981) no caso “Emma”. Ao trazer os conteúdos inconscientes para o consciente, estes tornar-se-iam alteráveis (à luz de novas atribuições de significado) e passariam a inserir-se num contexto temporal (Denis, 1995). Antes dessa consciência, antes de serem passíveis de modificação, viveriam numa “temporalidade arcaica” (Denis, 1995, p.1112), infinita e indefinida, que conteria as primeiras sensações de identidade. Para Winnicott² (1974), a falta de diálogo entre as instâncias temporais caracterizaria uma desorientação temporal estruturante de psicopatologias mais graves. O autor fala do medo de um evento que aconteceu no passado, mas que ainda não foi experienciado. O “fear of breakdown”, como lhe chama (Winnicott, 1974, p. 103), ou “medo do colapso”, seria o medo da agonia original, aquela que quebrou o sentido de continuidade do ser, pela ameaça que representava, e que causou a organização defensiva que o paciente revela nos sintomas e na perturbação. Sem essas defesas, o paciente viveria no medo de voltar a sentir a agonia (Rubin, 2013) que não se lembra de ter experienciado, mas que já aconteceu (Ogden, 2014). Assim, a única maneira

² A alusão ao conceito de *Nachtraglichkeit* não é explícita por Winnicott, que não lhe faz referência direta. No entanto, vários autores (Birksted-Breen, 2003; Cammell, 2014; Faimberg, 1998/2012) consideram que a angústia descrita no seu artigo “The Fear of Breakdown” (Winnicott, 1974) se trata da sua interpretação desse conceito tão amplamente compreendido pelas diferentes escolas da psicanálise.

de a experienciar seria trazendo-a para um presente experienciado, para a poder integrar no seu passado. Desta forma, o passado (onde está essa angústia primordial) e o futuro (na sua antecipação) tornar-se-iam num assunto do presente, experienciado pela primeira vez num tempo e num contexto contendor, com a ajuda do “ego auxiliar” do terapeuta (Winnicott, 1974). Também Lichtenstein (1974) captura a tendência para a tentativa de transcender a irreversibilidade do fluxo temporal através da compulsão à repetição. É como se, através da repetição, o indivíduo quisesse recapturar o tempo que passou, comandá-lo a suspender, negar a sua passagem, manter um tempo passado específico vivo, ou eternizar um momento, desafiando a linearidade e uni direção do fluxo temporal.

Fora da patologia, este modo de conceptualizar a causalidade e a progressão temporal dá destaque à capacidade da mente para atribuir um novo significado a eventos passados, através do qual as memórias são rearranjadas, alterando também a expectativa de futuro, numa influência mútua entre as várias instâncias temporais (Bach, 2001).

A experiência humana do tempo não linear é personificada na Mitologia Grega Clássica através de Kairos, um rapaz com asas nos pés que representa o tempo livre e o *carpe diem* (Mannino et al., 2017). Kairos é impreciso, imensurável e anda para frente e para trás. É criativo, no sentido em que o presente não é uma fatalidade do passado, mas uma construção ativa da representação das experiências passadas à luz do presente (Stern, 2017), uma noção importantíssima na construção de uma narrativa autobiográfica que nunca é estática, mas está em constante atualização, como se aprofundará mais à frente.

À luz desta auto atualização, o tempo seria o principal transformador dos indivíduos (Bergson, 1896/1991). Neste movimento de fluxo do tempo, ao conceptualizar o seu passado, o indivíduo andaria constantemente entre várias instâncias de si próprio, vendo-se numa dualidade de “eu sou o outro”. Para Bergson, esta interação entre memórias e perceção implicaria uma *dissociação* do ser presente com o ser em potência ou com o ser anterior, modificado pelo tempo (Bergson, 1896/1991). Se a psique é feita de múltiplas durações em movimento entre instâncias virtuais e reais, se esse movimento entre as diversas temporalidades falhar, por exemplo, por ocorrerem fenómenos de fixação, pode ocorrer uma clivagem e o sujeito passa a viver como um duplo, ou com uma “consciência secundária” (Campbell, 2007). Essa clivagem seria sentida como uma interrupção na convergência dos vetores da memória virtual e da perceção real, e o sujeito passaria a ter consciência dessa duplicidade – passaria a ver-se como sujeito e objeto (Campbell, 2007). Bergson (1908/2002) diz que este “falso reconhecimento” poderia acontecer em sujeitos saudáveis em raros momentos, como em momentos de profunda introspeção, mas estaria

mais associado a ocorrências de psicopatologia. Nestes casos, o sujeito viveria numa dupla realidade, isto é, numa *dupla temporalidade*, com uma “estranha memória do presente” (Campbell, 2007, p. 46). Não seria uma realidade vivida, mas sim representada, com representações de fixações temporais a solidificarem-se em sintomas.

Também Lacan desafia a ideia de continuidade. O sujeito seria produto da dualidade entre a imagem do espelho e o “eu” (Lacan, 1949/2005), o que levaria também a uma descontinuidade na experiência temporal. Na escola francesa de psicanálise, muito moldada por Lacan, o tempo é, então, fundamentalmente descontínuo – a realidade temporal baseia-se no instante, na rutura e na reorganização, e não na continuidade e no processo (Gondar, 2006). Esta relação entre descontinuidade temporal e descontinuidade na conceptualização do self será também recuperada mais à frente, quando se falar de fenómenos de dissociação e da sua relação com distorções na experiência temporal.

Por outro lado, para Winnicott, o desenvolvimento e o self são *contínuos* (Gondar, 2006). Essa continuidade existe no tempo, na relação entre o self e o outro, e na própria integração do self (Cammell, 2014), através da qual o sujeito se sente o mesmo constante num mundo em mudança (Boschan, 1990). Esta noção de *continuidade* de si será importante para perceber e caracterizar a *identidade*, mais à frente.

Para Heidegger, o tempo é a estrutura fundamental da existência do ser (Denker, 2000). O ser no mundo, o *Dasein*, é “um todo estrutural, a fim de impedir toda a fragmentação” (Pasqua, 1993, p. 73), porque sem estar unificado, “fragmentar-se-ia numa multiplicidade caótica de modos de ser” (Pasqua, 1993, p. 96). Mais uma vez surge esta relação entre tempo e identidade ou fragmentação de identidade. Heidegger acredita que o tempo é o horizonte necessário para se compreender todas as questões e significados do ser, e que estes se influenciam mutuamente – o tempo é condição da existência do ser e a existência do ser é condição da possibilidade do tempo (Denker, 2000). Assim, a filosofia de Heidegger, ao definir o ser e o tempo como indissociáveis, vai inevitavelmente atribuir um grande peso à morte (Pasqua, 1993). Só aceitando a morte, a finitude, se aceita a existência (Pasqua, 1993). A morte diz respeito à “existência autêntica” (Pasqua, 1993, p. 115) e é, por isso, o fenómeno mais importante da ontologia. Só através do conhecimento da morte seria possível viver em temporalidade (Pasqua, 1993).

Esta ideia da morte como potenciando a vida e como condição para a temporalização relaciona-se também com as ideias temporais de Lacan (1945/ 2005). O sujeito determinar-se-ia através do reconhecimento da *certeza antecipada*, isto é, da confirmação de si mesmo através do outro, que lhe devolve aquilo que por si já era conhecido, ou já

era intuído, numa intersubjetividade temporal partilhada a que o autor também chama *tempo lógico* (Lacan, 1945/2005). Esta seria a primeira forma de conceptualizar o limite do sujeito – (1) através da sua *finitude* (Gondar, 2006) – é porque o sujeito é entendido como fundamentalmente incompleto, que precisa do outro para se posicionar. Por outro lado, a par de Heidegger (Pasqua, 1993), o sujeito também seria limitado pela (2) *morte* – seria no limite da sua função histórica que o tempo e o sujeito se relacionariam (Lacan, 1953/2005). A relação entre historicidade e definição do sujeito será recuperada mais à frente, quando se explorar a relação entre identidade e narrativas autobiográficas.

Por outro lado, a ideia de tempo como finito pode também associar-se à ideia psicanalítica de Pai Tempo como castrador (Orgel, 1965). O tempo associado à figura paterna seria o derradeiro frustrador, o principal poder castrador, o negador supremo da satisfação dos desejos (Arlow, 1986). Este pai devorador do tempo, que restringe a criança como o tempo restringe os desejos internos ao impor uma realidade fora do seu controlo (Orgel, 1965), aparece representado na Mitologia Grega Clássica através de Cronos. Cronos é filho de Urano e de Gaia, os primeiros deuses, pais de todos (Albert, 2017). Cronos está destinado a desafiar o pai, Urano, e conspira um plano com a mãe, Gaia, para o destronar, acabando também por o castrar (Albert, 2017). Cronos, agora deus do universo, também tem filhos, o que o faz pensar que algum deles o pode destronar no futuro, tal como ele destronou o seu pai (Albert, 2017). Esta preocupação leva-o a devorar os próprios filhos, que é a imagem típica associada a Cronos, o deus do tempo que come os próprios filhos, assim como o tempo nos vai comendo a nós, sujeitos que nasceram num mundo temporal e morrerão por imposição temporal (Stern, 2017).

Distorções na perceção temporal seriam então uma forma de rebelião contra a própria morte (Orgel, 1965). Por exemplo, a experiência de *timelessness*, um dos conceitos de que trata esta tese e que se apresentará mais à frente, é compreendida na psicanálise clássica como uma tentativa de regresso à união simbiótica com a figura materna, que representa a experiência pré frustração, ou seja, pré tempo (Arlow, 1986). Ao negar a imposição externa do tempo, o sujeito viveria num mundo de fantasia onde seria possível a união com a mãe e a ilusão de onipotência e imortalidade (Orgel, 1965).

O que é então o tempo? Pergunta Santo Agostinho. É segundo o entendimento geral e complexo que é possível enquadrar e operacionalizar os conceitos mais restritos com que se vai trabalhar. É esse trabalho de enquadramento, por um lado, e de restrição, por outro, que será apresentado de seguida.

2.2. Construção e Desenvolvimento do Self e Desenvolvimento da Noção Temporal

Integrando os conceitos construtivistas de Piaget com uma abordagem dinâmica de desenvolvimento psicosssexual, considerou-se uma organização conjunta complementar entre a construção das coordenadas da realidade, como o tempo, e a construção de si.

Assim, (1) numa fase de pré simbolização, o estágio sensório-motor corresponderia às fases oral e anal, e o estágio pré operacional corresponderia à fase edipiana; (2) e numa fase pós simbolização, o estágio das operações concretas corresponderia à latência.

2.2.1. Pré Simbolização

Na primeira infância ainda não existe diferenciação entre passado, presente e futuro nem uma ligação entre os eventos (Colarusso, 1979). Nesta primeira fase, descrita por Mahler (1974) como período de simbiose, a experiência temporal é indiferenciada e difusa e ainda exclusivamente controlada pela mãe. É ela que organiza e dá sentido a todas as experiências do bebê através de respostas consistentes, para que seja possível promover uma *expectativa*. O sentido de causalidade ainda é praticamente inexistente, e é função da mãe oferecer um sentido de duração e continuidade, de ligação e conexão entre os eventos, através dessas respostas de frustração ou gratificação (Mahler, 1972).

Para além disso, é função materna oferecer uma *continuidade* (Winnicott, 1948/2001) que não apresse nem atrase o desenvolvimento do bebê, mas que o siga. Se for apressado, o bebê viverá um “tempo alienado, que pertence ao campo do falso self; em vez de ser ele a possuir o tempo, será o tempo a possuí-lo a ele” (Boschan, 1990, p.341).

Mölder (2016) fala de um “tempo intersubjetivo” partilhado subjetivamente por duas pessoas. Mais do que um tempo intersubjetivo, Fuchs (2019) descreve uma *sincronia* intersubjetiva, a experiência de um presente comum, como acontece na díade. Seria na discrepância que emergiria um sentimento de dessincronia (Fuchs, 2019). A experiência de *still face* (Tronick et al., 1978) é um bom exemplo: se o sistema da díade funciona com determinadas particularidades temporais, o atraso na resposta provoca uma dessincronização (Mölder, 2016). Brazelton e Cramer (1991) referem seis aspetos fundamentais da relação precoce, alguns com componentes temporais. A *antecipação* e *expectativa* são fundamentais para criar a confiança necessária na díade para que o bebê sinta as suas necessidades satisfeitas e se autorregule a partir dessas experiências.

Segundo Piaget (1954/1999), o bebê já age organizado no tempo quando (1) faz umas ações antes das outras (por exemplo, posicionar a boca antes de começar o movimento de

sucção); (2) e coordena as suas percepções num contexto temporal (por exemplo, sabe virar a cabeça quando ouve um som, na tentativa de perceber de onde veio esse som).

Mais tarde, a conquista da permanência de objeto permite novos desenvolvimentos, como a compreensão de que o objeto tem uma existência independente de si e da sua ação e de que continua a existir mesmo quando não é visível, assumindo agora uma *representação* mental (Papalia et al., 2001). Assim, o tempo passa a organizar as experiências de forma ordenada, e a criança passa a ser capaz de reconstruir causas e de prever os efeitos da sua ação sobre o mundo e do mundo sobre si (Lourenço, 2002). Sem permanência de objeto, o tempo é limitado a sensações únicas e finitas; com a conquista da permanência do objeto, o tempo passa a ser ilimitado (Colarusso, 1987), o que potencia também o desenvolvimento das noções de presença/ ausência (Boschan, 1990) e, diria eu, de “permanência”, que difere de “presença” justamente pela sua propriedade de *perdurar*. A constância de objeto conota a experiência do objeto a *permanecer* no tempo (Meissner, 2007), como se lhe vencesse, como se o tempo trouxesse agora esperança de permanência, até de *previsão*, num sentido mais lato do que a previsão associada aos fenómenos de contingência, sincronia e adesão. A capacidade de representar mentalmente objetos e ações é um marco importante do fim do estágio sensório-motor (Papalia et al., 2001).

Para além disso, a constância de objeto desenvolve-se ao mesmo tempo que esta capacidade de *antecipação* (Kagan, 1979). Só quando a criança é capaz de prever que o objeto voltará, consegue internalizá-lo – “é como se a criança capaz de suportar a separação da mãe fosse capaz de visualizar o seu regresso” (Melges, 1990, p. 261)

A fase anal traz também novos desenvolvimentos – no jogo de reter e libertar, no controlo dos esfíncteres, a criança aprende a *adiar* a gratificação (Colarusso, 1987).

Também o *objeto transicional* tem um papel na construção do pensamento temporal. Através dele, a criança relembra, fantasia, revive e sonha a relação na díade, “integrando passado, presente e futuro” (Winnicott, 1991/2005, p. 14). Representando a díade que não frustra, serve como intermediário de elaboração da relação e de integração daquilo que foi o passado perfeito, a adaptação do presente e a projeção do futuro.

A capacidade de *representação* leva a uma nova competência: a *simbolização* (Papalia et al., 2001). O Complexo de Édipo e a internalização do Superego têm também implicações na conceptualização temporal. A barreira ao incesto tem um carácter temporal (Colarusso, 1987) – entre outros, é o *timing* que impede a concretização dos desejos, que são prematuros. A antecipação de um futuro que não se concretiza até à adolescência levanta na criança um novo olhar sobre a expectativa e sobre um outro tempo que não o

presente (Colarusso, 1987). O futuro tem então esta conotação simultaneamente castrante e esperançosa. Para além disso, a noite torna-se assustadora para muitas crianças que, longe da relação direta com o objeto e fantasiando sobre a relação entre os pais, podem começar a desejar que as noites passem depressa. Este é um mecanismo de tentativa de controlo do tempo no sentido de “wishing time away” (Colarusso, 1987, p. 131), onde a criança já percebe o ritmo e a temporalidade dos dias, a que se seguem as noites.

2.2.2. Pós Simbolização

Entra-se, então, no estádio das operações concretas. Segundo Piaget, é de notar a completa familiaridade das crianças com os conceitos de “antes” e “depois”. Um estudo de Harner (1976) concluiu, também, que as crianças entendem muito melhor estes conceitos de “antes” e “depois” do que a conjugação de verbos no passado e no futuro.

Na latência, as memórias edipianas são reprimidas. Essas memórias passadas tornam-se, então, difusas, vagas e já não são sentidas como familiares. Este fenómeno vai-se intensificando até à adolescência, onde cresce a distinção entre o presente e aquilo que foi o passado infantil, cada vez mais reconhecido como inalterável, estabelecendo um limite mais definido entre as instâncias do passado, presente e futuro (Colarusso, 1987).

Por outro lado, cresce a ideia de que é o tempo que controla a criança. Mais uma vez, surge o conceito de tempo como limitador da experiência. Os dias são definidos por rotinas, horários, e até a brincadeira passa a ter imposições temporais (Colarusso, 1987).

Uma das mais revolucionárias aquisições da latência para o desenvolvimento da noção temporal é o sentido de duração e de ligação entre as experiências. A internalização do superego permite uma repressão contínua dos desejos edipianos, o que proporciona estabilidade ao ego na latência, promovendo o sentido de duração, ligação, sustentação e integração (Colarusso, 1987). Na criança edipiana, pelo contrário, a intensidade dos desejos interrompe o sentido de ligação do ego, que é, por isso, mais fragmentado. Ao recuar ainda mais às posições de Klein (1946), torna-se clara uma fragmentação ainda maior. À medida que o sujeito se vai integrando, também a experiência temporal vai adquirindo uma noção mais organizadora das vivências e do self. Quanto mais consistente a internalização do objeto, maior o sentido integrado da temporalidade.

Na próxima secção, será abordada a forma como o tempo se relaciona com um self mais ou menos coeso, com a formação identitária e com a conceptualização das memórias autobiográficas e do significado a elas atribuídas, ao longo de uma narrativa autodefinida.

2.3. Vivências Temporais

2.3.1. Tempo Objetivo e Tempo Subjetivo

De forma geral, o tempo pode ser dividido entre *tempo objetivo* o *tempo subjetivo*, (Hale, 1993; Hornik, 1984; Mannino et al., 2017; Zakay, 2016; Zakay et al., 1983), isto é, entre o tempo do relógio, concreto, mensurável, constante, independente do sujeito – Cronos; e o tempo experienciado, individual, próprio do sujeito, condicionado, passível de alterações e distorções – Kairos. Pode, também, ser classificado como tempo *externo* ou *interno* (Arlow, 1984; Daan et al., 2002; Ghaderi, 2019; Hellström & Carlsson, 1996), ou seja, como tempo extra-sujeito ou intra-sujeito. Zakary (2016) denota que, em termos normativos, a correspondência entre o tempo externo e interno, embora imperfeita, é suficientemente forte para que o funcionamento cognitivo e social e o contacto com a realidade sejam possíveis. Schubert (2001) acredita, ainda, que a correspondência entre as temporalidades interna e externa é sinal de saúde mental, e que esta relação seria um dos objetivos primordiais no término de uma psicoterapia.

De forma íntima, na sensação de dia a dia, sente-se o tempo a passar. No entanto, o ser humano não tem nenhum sistema de percepção dedicado exclusivamente à percepção do tempo, como os olhos se dedicam à visão ou o nariz ao olfato, e estima-se que estejam envolvidos nos julgamentos temporais vários mecanismos neuronais e várias áreas do cérebro diferentes (Coull et al., 2011; Eagleman, 2008; Merchant et al. 2013; Zakay, 1990), logo, não se pode afirmar que o sentido temporal derive diretamente da experiência (Arlow, 1990; Buzsáki & Llinás, 2017; Merchant et al. 2013; Zakay, 2016). Por isso, o sentido temporal não é absoluto, mas uma construção intelectual. Sendo dependente de fatores internos, então é passível de distorções (Merchant et al. 2013; VandenBos, 2007).

O tempo objetivo obedece às leis matemáticas e da física, mas o tempo subjetivo não – um bom exemplo é a *direção* do tempo. A segunda lei da termodinâmica afirma que os eventos ocorrem apenas numa direção temporal (Birx, 2009; Ghaderi, 2019) e o sentido do tempo é comumente conceptualizado como linear, movendo-se apenas para a frente (Zakay, 2016), o que significa que, em termos de causalidade, esta também só ocorre numa direção – o passado influencia o futuro e o contrário não existe (Blackburn, 2005). No entanto, o tempo subjetivo não é necessariamente linear, nem tem necessariamente uma causalidade unidirecional. Como apresentado antes, ao falar de conceitos como *Nachtraglichkeit*, o tempo subjetivo é passível de ser multidirecional, descontínuo, dilatado, comprimido ou distorcido (Block & Zakay, 1997; Eagleman, 2008; Merchant et

al., 2013; Zakay, 2016). De maneira heurística, por exemplo, existe a noção de que, quanto mais preenchido foi um dia, mais tempo parece que durou (Block & Reed, 1978). No entanto, um calendário conta os dias e os meses da mesma maneira em situações de guerra e de paz (Zakay, 2016), embora a experiência subjetiva as sinta de forma diferente.

Existe também a ideia intuitiva de que as atividades prazerosas passam “mais rápido” e as atividades aborrecidas passam “mais devagar” (VandenBos, 2007), embora o tempo cronometrado seja igual. Estas alterações na percepção subjetiva da duração temporal chamam-se *ilusões temporais* (Zakay, 1990). O modelo cognitivo de Block & Zakay (1997) sugere que é maior a estimacão da duração de um evento que está a acontecer (tempo prospetivo) do que um evento que já passou (tempo retrospectivo). Assim, quando o indivíduo está envolvido numa tarefa agradável, a maneira que tem de estimar a sua duração é lembrando-se dela, retrospectivamente, o que a faz parecer mais curta; pelo contrário, quando o indivíduo está, por exemplo, numa situação de espera, toma muito mais atenção sua à passagem, estimando a sua duração através da temporalidade prospetiva, o que pode ser sentido como uma dilatacão do intervalo de tempo (Zakay, 2012). Por outro lado, o modelo psicodinâmico de Arlow (1986) sugere que a sensaçã de passagem do tempo rápida ou lenta pode estar relacionada com a consciência que o sujeito tem de si. Estando mais consciente de si (por exemplo, em casos de dor física – também estudada por Hellström e Carlsson (1996, 1997) – ou de ansiedade), a sensaçã temporal é dilatada; pelo contrário, estando mais focado numa tarefa de fora, com menos consciência de si (por exemplo, a ver um filme), a sensaçã temporal é contraída.

A percepção temporal do sujeito seria, então, influenciada por processos mentais, como a memória, mas também por processos biológicos, como os biorritmos³ (Zakay, 2016); e fenómenos como a fome, satisfacão das necessidades, o progressivo controlo dos esfínteres, e a mudançã corporal na adolescência Meissner (2007), como foi discutido.

Esta investigaçã centrar-se-á no estudo do tempo subjetivo. Interessa perceber a experiênciã do tempo, e não, por exemplo, quanto tempo se demora a fazer uma tarefa. Pretende-se tomar o tempo como fenómeno em si mesmo, e não como simples mediçã.

³ O cérebro tem dois sistemas independentes de regulacão e processamento temporal (Damásio, 2002) – um responsável pela estimacão dos intervalos de tempo e pela percepçã rápida ou lenta da sua passagem; e outro que regula os ritmos circadianos (diurnos ou noturnos). O relógio interno é regulado, entre outros, pela dopamina – quando aumentam os seus níveis, a estimacão da velocidade do tempo acelera; pelo contrário, quando diminuem, a sua estimacão desacelera (Balci, 2014; Çevik, 2003).

2.3.2. *Vivências Temporais Subjetivas*

Já estabelecido que o objeto de estudo é a *temporalidade subjetiva*, seriam possíveis várias direções por onde explorar o fenômeno temporal.

Poder-se-ia optar por categorizar estas vivências segundo a *orientação temporal*, herdada em grande parte devido ao trabalho de Zimbardo e Boyd (Zimbardo & Boyd, 1999; 2008). De forma geral, os indivíduos poderiam ser mais orientados para o passado, presente ou futuro, e a cada uma dessas orientações estaria associada uma valência emocional. Assim, haveria 6 *perspetivas temporais*: (1) passado negativo; (2) passado positivo; (3) presente hedonista; (4) presente fatalista; (5) futuro; (6) futuro transcendente. As *perspetivas temporais* são um fenômeno já bem documentado na literatura – já foram realizados estudos sobre a sua relação com fatores como a coesão identitária (Laghi et al., 2013), indicadores de saúde mental (Anagnostopoulos & Griva, 2012), psicopatologia (Van Beek et al., 2011), autoestima, (Mannino et al., 2017), entre outros.

Desta maneira, o presente estudo segue uma outra formulação. Em vez de se orientar pelas *perspetivas temporais*, a subjetividade das vivências temporais pode, também, ser entendida segundo dois vetores: a (1) *percepção temporal* e a (2) *experiência temporal*.

Esta conceptualização deriva de modelos mais antigos, adaptados à luz de outros mais recentes. O primeiro modelo, a estrutura primordial, foi baseada na conceptualização tripartida do tempo (Jaspers, 1963), na qual o sentido temporal subjetivo se categorizava em (1) *conhecimento temporal*, relacionado com o tempo objetivo e com a preocupação de o fazer corresponder ao subjetivo, por exemplo, no julgamento correto ou incorreto de um intervalo de tempo; (2) *experiência temporal*, uma consciência mais global e integrada do tempo; e (3) *tratamento do tempo*, relacionado com o dia a dia, como a tolerância para a espera ou o adiamento de gratificações. Jaspers (1963) indicou, ainda, que o segundo sentido (a experiência temporal) deveria ser o maior foco de estudo da psicopatologia. Drakulić et al. (2003), baseando-se nesta distinção, atualizaram os termos, passando a chamar *tempo cognitivo* a “conhecimento temporal” e *utilização do tempo* a “tratamento do tempo”. Melges e Fougerousse (1966) conceptualizaram um modelo parecido com nomes diferentes, categorizando o tempo subjetivo em (1) *percepção temporal*, correspondente ao “conhecimento temporal” de Jaspers (1963) e ao “tempo cognitivo” de Drakulić et al. (2003), que dividiram em (1.1) *velocidade* de passagem e em (1.2.) *duração*; e (2) *perspetiva temporal*, que corresponde à “experiência temporal”, referente à experiência temporal num contínuo temporal mais alargado; e não mencionaram a

“utilização do tempo”. Também Simeon et al. (2007) utilizam este modelo, acrescentando que o contínuo temporal se relacionava com a integração e relação entre as instâncias do passado, presente e futuro. Por fim, Zakay (2016) refere duas dimensões temporais que, embora não exatamente correspondentes às que foram apresentadas, facilmente se contextualizam – (1) *duração*, uma das vertentes da “percepção temporal” de Melges e Fougrousse (1966); e (2) *sucessão*, que, como será apresentado mais à frente, é uma das vertentes da *perspetiva temporal* de Drakulić et al. (2003). Zakay (2016) também não menciona nenhuma categorização relativa à “utilização do tempo”.

Tendo por base estes modelos, a vivência subjetiva do tempo será classificada em (1) *percepção temporal* e (2) *experiência temporal*. “Perspetiva temporal” seria mais adequado do que “experiência temporal”, mas para que não se confunda com a perspectiva temporal de Zimbardo e Boyd (1999) atrás apresentada, optou-se por esta formulação.

A *percepção temporal*, embora esteja relacionada com o tempo subjetivo porque classifica a maneira como o indivíduo experiencia a velocidade do tempo e a duração de um intervalo de tempo específico, está intimamente relacionada com o tempo objetivo, no sentido em que se orienta pela sua mensurabilidade, standardização e pelo confronto entre o interno e o externo. Por isso, embora seja a instância mais estudada nas investigações com componentes temporais, pela facilidade objetiva de medição (Drakulić et al., 2003; Vogeley & Kupke, 2007), não é o alvo de estudo desta investigação.

Figura 1

Modelo de Categorização das Vivências Temporais Subjetivas



Pelo contrário, a presente investigação centra-se no estudo da *experiência temporal*, conceptualizada por Simeon et al. (2007) como o contínuo temporal e a relação entre as instâncias temporais de passado, presente e futuro. Drakulić et al. (2003) dedicaram-se ao entendimento da experiência temporal, um trabalho pioneiro. Conceptualizaram-na segundo duas grandes vertentes – (1) *sucessão*, relacionada com as características da percepção passiva do tempo, como (1.1.) a *velocidade*, uma característica da “percepção temporal”, embora os autores tivessem achado pertinente relacioná-la também com a “experiência temporal”; (1.2.) a *repetição*, alusiva à tendência para a repetição; (1.3.) e a *continuidade*, referente à ligação entre eventos psicológicos; e, por outro lado, a (2) *integração*, relacionada com a experiência de controlo ativo sobre uma variedade de atos psicológicos referentes ao tempo, como (2.1.) a *progressão*, isto é, a compreensão da sucessão entre eventos; (2.2.) a *contiguidade*, referente à força de ligação e relação entre momentos sucessivos; e (2.3.) a *antevisão*, relacionada com a orientação para o futuro. Na Figura 1 pode observar-se o modelo da vivência subjetiva do tempo de forma mais esquemática, com base nos modelos e nos autores supramencionados.

2.3.3. Distorções na Experiência Temporal

Distorções na experiência temporal podem ser entendidas como um tipo de transformação de experiência temporal, por vezes experienciada em estados alterados de consciência (VandenBos, 2007), ou como percepções que atribuem qualidades diferentes à realidade, que a deturpam ou que apresentam incongruências (Birx, 2009). Grinberg e Grinberg (1981) referem ainda que estas distorções implicam uma perda de controlo do sentido temporal. Também se podem denominar de *ilusões temporais* (Eagleman, 2008; Zakay, 2016), embora na literatura esta denominação esteja mais comumente relacionada com ilusões na percepção temporal, como atrás descrito, e não com a experiência temporal, pelo que se optou por usar o termo *distorções* em vez de *ilusões*.

O modelo criado e as subcategorias enunciadas por Drakulić et al. (2003), sugerem diferentes tipos de distorções na (1) *sucessão* e na (2) *integração*. No entanto, estes autores não as descreveram exaustivamente. Seguindo a linha de pensamento de Simeon et al. (2007), as distorções poder-se-iam classificar em experiências de (1) *desorganização temporal*; (2) *desordenação temporal*; e (3) *desintegração temporal*.

Antes de as descrever e de as relacionar com as categorias atrás mencionadas, será relevante levantar uma outra conceptualização feita por Loewald (1972), que, embora

mais clássica, é muito completa na maneira como entende a experiência temporal. Loweald (1972) postulava que as experiências temporais se organizavam num contínuo, segundo a relação entre o presente, passado e futuro, entre dois extremos opostos: (1) *fragmentação* e (2) *eternidade*. Na *fragmentação*, um dos extremos, as experiências estariam estilhaçadas em pedaços sem significado, porque o contínuo temporal estaria partido e fragmentado. Cada momento perderia relação com o anterior e com o seguinte e existiria por si só, descontextualizado. Pelo contrário, nas experiências de *eternidade*, é como se o fluxo temporal ficasse suspenso, sem divisão entre o passado, presente e futuro, num momento que pareceria durar para sempre, completamente absorvido em si próprio e, por isso, sem memória nem antecipação. O autor identifica esta distorção a estados emocionais muito fortes, experiências de caráter místico ou religioso, estados de amor e determinadas experiências sexuais; e a experiências do foro psicopatológico, como consequência de substâncias psicotrópicas, ou extremos maníacos ou depressivos. Em ambas as experiências, perder-se-ia o contacto com o contexto temporal, mas por razões opostas. Enquanto o estado de *eternidade* seria caracterizado por ser indiferenciado, sentido como uma unidade global, na qual as relações temporais desaparecem até uma unidade sem tempo, no estado de *fragmentação* o tempo desapareceria na aniquilação das ligações, isto é, na ausência de significado e de contextualização temporal, culminando na experiência de um presente insignificante.

2.3.3.1. Polo da fragmentação

Voltemos agora às distorções de Simeone et al. (2007) acima enunciadas, começando pela (1) *desorganização temporal*. Neste tipo de distorção, Melges et al. (1970) identificam uma dificuldade de distinguir entre o que está a acontecer (presente), o que é provável que aconteça (futuro) e o que se quer que aconteça (direcionado para objetivos) (Hellström & Carlsson, 1997), numa desorganização da continuidade da experiência temporal, por ocorrerem distorções na ordenação sequencial (Melges et al., 1974; Freeman & Melges, 1978; Kirstein & Bukberg, 1979). Além disso, revelam-se também distorções na perceção da velocidade da passagem do tempo (Freeman & Melges, 1978). Melges e Freeman (1977) dão como exemplos a sensação de pensamentos apressados e a dificuldade em manter constante e segura a sequência dos pensamentos e acontecimentos.

A (2) *desordenação temporal* é descrita como uma distorção ou irregularidade na sequenciação dos eventos e das memórias (Spiegel & Cardeña, 1991; Terr, 1983a).

Por fim, a (3) *desintegração temporal*, descrita originalmente por Melges et al. (1970) e também denominada de *fragmentação temporal*, refere-se à dificuldade em reter, coordenar e ordenar memórias, percepções e expectativas. As fantasias internas do presente, passado e futuro seriam confundidas com as percepções externas, aparecendo por si só, com conteúdos não relacionados e desconexos. O momento presente, seria, então, isolado da contiguidade entre o tempo passado e futuro (Holman & Silver, 1998). Por outro lado, sem essa continuidade, também a antevisão, o planejamento e a orientação para o futuro ficariam comprometidos, culminando numa destruição do sentido de futuro (Holman & Silver, 1998). Como consequência, o tempo seria experienciado como não linear (Freeman & Melges, 1977). Mais do que uma desorganização cronológica, como descrito nas experiências de *desorganização* e *desordenação temporal*, a *desintegração temporal* seria sentida como uma ruptura na experiência temporal (Vogely & Kupke, 2007), na qual seria impossibilitada a relação entre aspectos diferenciados de eventos para a coesão de um todo distintivo, memorável e temporalmente contextualizado. Seria, então, o oposto de uma temporalidade *gestalt*; seria uma temporalidade fragmentada (Fuchs, 2007), na qual o fluxo temporal seria interrompido e a experiência desintegrada, perdendo a sua unidade e coerência temporal. Fuchs (2007) discute, ainda, a ocorrência de experiências de *desintegração temporal* em situações normativas e em indivíduos sem psicopatologia, relacionando-as com a arte, e dá o seguinte exemplo o ilustrar: um músico que perca o sentido de unidade ao tocar, passará a experienciar a música como uma sucessão de notas singulares, e não como um processo íntegro.

Esta *desintegração temporal* parece ter um paralelo evidente com a experiência de *fragmentação temporal* descrita por Loewald (1972). É importante salientar que as discontinuidades ao nível da integração temporal são mais raras e mais patológicas do que distorções na percepção de sequência ou de velocidade e que a forma mais severa de distorções de percepção temporal é justamente a *desintegração temporal* (Melges, 1990).

Relacionando estes conceitos com o modelo da experiência temporal e com as subcategorias enunciadas por Drakulić et al. (2003), poder-se-ão integrar a (1) *desorganização temporal* e a (2) *desordenação temporal* como distorções na *Sucessão*, já que são identificadas distorções na *Velocidade* (por exemplo, na sensação de pensamentos apressados) e na *Continuidade* (por exemplo, na dificuldade de seriação das memórias). Não foi identificada nenhuma alusão à *Repetição*, mas é possível evocar o trabalho de Lichtenstein (1974) sobre a compulsão à repetição para descrever esta distorção na experiência de repetição, como foi mencionado anteriormente.

Por fim, poder-se-á integrar a (3) *desintegração* (ou fragmentação) *temporal* como distorções na *Integração*. Mais ainda, é possível distinguir distorções na *Progressão* e na *Continuidade* (por exemplo, quando se descreve a sensação de descontinuidade entre experiências, a desintegração da unidade temporal ou a falta de um contínuo temporal no qual contextualizar as experiências, os pensamentos e as memórias) e na *Antevisão* (por exemplo, quando se descreve a sensação de destruição do sentido de futuro).

As diferentes distorções na fragmentação da experiência temporal relacionam-se, assim, com distorções na *Sucessão* e na *Integração* da experiência temporal.

2.3.3.2. Polo da eternidade e experiência de *timelessness*

Por outro lado, é importante caracterizar também o polo da experiência de *eternidade* descrita por Loweald (1972), através da exploração de um conceito muito presente na literatura destas distorções – o conceito de *timelessness*. Optou-se por o manter em inglês por não haver uma palavra portuguesa que mantenha exatamente o mesmo sentido, mas pode traduzir-se por “atemporalidade” (Cambridge University Press, n.d.).

Num estado de *timelessness* o sujeito sente-se destacado da realidade, num instante sem passado, sem futuro (Orgel, 1965) e sem desejo, porque não há antecipação sem futuro, e no sentido em que o próprio ato de desejar é ultrapassado (Hartocollis, 1983). O sujeito seria invadido por um sentimento de completude, sem os limites e as vulnerabilidades impostas pelo tempo e pela realidade (Orgel, 1965), e por um sentimento de extensão infinita no tempo, uma espécie de eternidade, um “mystical oceanic feeling”⁴ (Arlow, 1984, p. 27). O tempo como experiência deixaria de existir (Hartocollis, 1983). Suspenso no tempo, tudo o que resta seria a profunda relação partilhada com o momento; (Mainemelis, 2002). Desaparece a efémera narrativa do self e das componentes de passado e futuro (Berkovich-Ohana & Wittmann, 2017), de memória e antecipação. Tudo o que resta é um sentimento pleno de liberdade, sentindo-se completamente imerso na experiência do presente, do instante, numa vivência intensa e poderosa (Hägglund, 2001) que parece um estado de sonho, como se fosse uma temporalidade suspensa típica dos sonhos e das fantasias (Levine, 2009). E falando em sonhos e falando no presente, também Freud (1942/2009, p. 381), escreveu que “o presente é o tempo gramatical em que os desejos se representam como realizados”, um presente sem frustração, sem

⁴ Tradução: “sentimento oceânico místico”, remetendo para a metáfora do mar como modo de explicar a imensidão e a eternidade temporais.

limitação, plenamente concretizável. A experiência de *timelessness* seria então também a experiência de libertação dos constrangimentos da realidade através da libertação do tempo do relógio e do calendário, opressor e burocrático (Arlow, 1984). Por outro lado, a experiência de *timelessness* está também muitas vezes associada a uma ideia de *absorção* – tão absorvido fica o indivíduo numa determinada atividade ou nas suas fantasias, que se sente suspenso no tempo –; e a uma ideia de *fusão* –com o universo ou com a realidade, num sentimento de concretização plena (Arlow, 1986), na qual o self se torna numa unidade com o mundo (Berkovich-Ohana & Wittmann, 2017), e transcende o próprio self e a realidade, pela intensa imersão no momento presente (Mainemelis, 2002). Esta imersão por vezes confere ao sujeito a ilusão de poder sobre a realidade, de um momento que parece ser eterno (Arlow, 1984), ou que parece nem postular duração (Mainemelis, 2002), por parecer *suspenso* no tempo, e por parecer *exterior* ao tempo. Estes estados de *timelessness* são experiências raras e tendem a ser breves (Mainemelis, 2002). Na literatura, aparecem muitas vezes relacionadas com processos artísticos ou atividades criativas (Arlow, 1984; Jones, 2009; Ferreira, 2020; Mainemelis, 2002); com fenómenos religiosos ou místicos (Achtner, 2009; Saver & Rabin, 1997); com substâncias psicotrópicas (Berkovich-Ohana & Wittmann, 2017; Kenna & Sedman, 1964; Meissner, 2007; Melges et al., 1970; Turton et al., 2014); e até com estados emocionais muito fortes, como é o caso do amor romântico (Arlow, 1984; Hägglund, 2001; Poulet, 1954).

Nesta investigação, pretende-se explorar principalmente a relação entre a experiência de *timelessness* e os processos artísticos e fenómenos religiosos. A atividade artística está associada a um relato frequente de experiências de *timelessness*. Por promover o envolvimento na tarefa, este tipo de experiências facilita o processo criativo, e o fator de absorção é aquele sobre o qual incide a maior parte da investigação (Ferreira, 2020).

Uma das áreas onde este tipo de experiências está mais bem documentada é a música, com relatos como o de uma mulher, que enquanto tocava um concerto, sentiu que o tempo tinha deixado de existir e que estava numa espécie de eternidade (Arlow, 1984). É uma experiência relativamente comum e caracteriza-se pelo sentimento de perfeição e mestria totais, como uma eternidade sentida num segundo perfeitamente enraizado no momento presente (Paddison, 2004). Mas a experiência de *timelessness* associada à música não é exclusiva dos performers e assume uma componente importante também no apreciador (Becker, 2004; Noble, 2018). Uma equipa de investigadores propôs-se a fazer a tarefa pioneira de associar aspetos técnicos de padrões de escalas e ritmos a um estado de *timelessness*, e embora tenha conseguido verificar que os padrões escolhidos permitiam

um acesso mais facilitado a esse estado, concluíram que esse tipo de experiências é tão pessoal e subjetivo, que dificilmente conseguiria ser induzido (Noble et al., 2020).

Mas também noutras áreas artísticas se verifica este fenómeno, como na dança, através do equilíbrio entre o corpo e um estado de unidade pleno sentido como extra temporal (Jones, 2009); na literatura, relatada, por exemplo, na experiência dos autores na escrita expressiva, de poesia ou até académica (Yoo, 2019); e, no geral, em atividades criativas (Meissner, 2007) e na contemplação artística (Hägglund, 2001).

A experiência de *timelessness* na criação artística também aparece relatada na literatura como *flow*⁵ (Csikszentmihalyi, 1990), uma distração em relação ao self e em relação ao tempo (Runco, 1999), que parece ser uma descrição parecida com o sentimento de absorção enunciado acima. Mainemelis (2001) defende, no entanto, que *timelessness* é uma experiência mais complexa e profunda do *flow*, pela: (1) imersão, o sentimento de completa absorção; (2) distorção temporal, a falta de noção temporal ou erro na estimação da duração ou da velocidade da passagem do tempo; (3) a mestria, alusivo ao sentimento de que durante a experiência se atingiu o desempenho criativo máximo; e (4) um sentimento de transcendência, de superação do próprio self, de estado além consciência.

Hills e Argyle (1998) estabelecem um paralelo entre as experiências religiosas e musicais⁶, afirmando que ambas evocam uma resposta emocional intensa associada a experiências de *timelessness*. É comum a experiência religiosa estar também associada a estas experiências (Saver & Rabin, 1997). Stace (1960) argumenta que o fator de *timelessness* é determinante numa experiência mística, e que existe uma certa uniformidade nos relatos de descrição da experiência como “além do tempo, (...) num eterno agora” (Stace, 1960, p. 309). A experiência de *timelessness*, transcendendo o tempo, transcende o real, e permite, assim, atingir uma espécie de paz, partilhada pelas experiências mística e religiosa (Stace, 1960). É uma componente tão importante, que foi identificada em todos os modelos descritos por Lazar e Kravetz (2005), numa revisão de literatura sobre modelos estruturais de experiência mística. Achtner (2009) até chamou à experiência de *timelessness* “o tempo místico da eternidade” (Achtner, 2009, p. 269).

⁵ O conceito de *flow* foi desenvolvido por Csikszentmihalyi (1990) no âmbito da psicologia do trabalho e das organizações (Mainemelis, 2001), descrito como um momento em que a atenção está tão intensamente direcionada para uma tarefa específica, que o sujeito entra num estado completo de absorção nessa tarefa (Csikszentmihalyi, 1990). Alguns autores como Runco (1999) continuaram a usar esta conceptualização, mas para descrever experiências de *timelessness* associadas à criatividade artística.

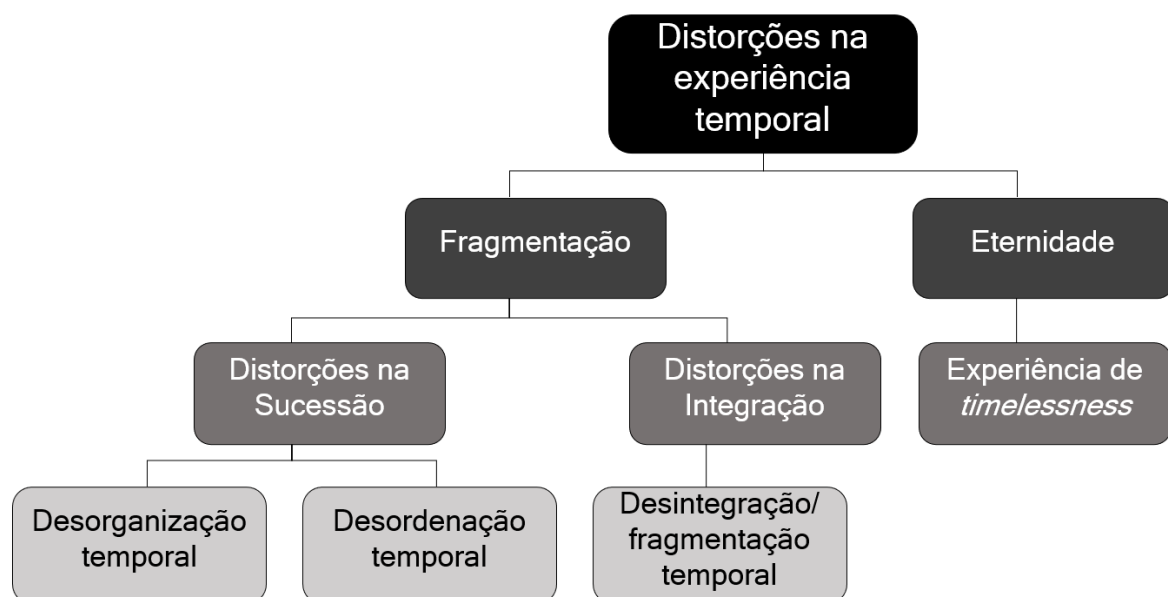
⁶ Também Becker-Blease (2004) associa estados místicos religiosos a uma musicalidade específica, interligando estas áreas a experiências de dissociação, um nível ainda maior de abstração do self que por vezes ocorre nas experiências de *timelessness*.

Isto a que nos referimos são as experiências positivas de *timelessness* (Hägglund, 2001; Levine, 2009). Nas experiências negativas de *timelessness*, embora permaneça o sentimento de eternidade e suspensão no tempo, a plenitude oceânica de que falava Arlow (1984) já não é experienciada. Em vez disso, impõe-se um sentimento de quietude, de estagnação (Hägglund, 2001), de um pântano de águas paradas, de vazio, (Hägglund, 2001), um sentimento “horível de eternidade” (Kenna & Sedman, 1963, p. 283), de oco. No fundo, a ameaça de uma vida sem vida. Como se fosse uma suspensão de vida, como se ficasse tudo parado e nada mudasse, muitas vezes acompanhado por sentimentos de nostalgia ou de saudade, num desejo de estender o tempo de forma indefinida, porque o contacto com a realidade seria demasiado penoso (Arlow, 1984). As experiências positivas estão mais estruturalmente relacionadas com a identidade e com experiências de dissociação, nomeadamente com estados de despersonalização e desrealização, do que as experiências negativas de *timelessness* (Arlow, 1984; 1986; Orgel, 1965; Simeon et al., 2007), pelo que se dará mais ênfase às primeiras, que são as que se constituem como objeto de estudo, e não às segundas.

A figura 2 representa uma síntese que simplifica os conceitos apresentados de forma esquemática, com base nas diversas propostas acima enumeradas.

Figura 2

Modelo de Categorização das Distorções na Experiência Temporal



2.3.3.3. Distorções na experiência temporal e psicopatologia

A *desordenação temporal*, uma distorção na experiência temporal de *Sucessão*, poderia estar associada a experiências de trauma. A dificuldade em seriar os eventos influenciaria a ordenação cronológica e levaria um paciente a posicionar um evento como tendo ocorrido antes do trauma, embora pudesse ter acontecido depois (Terr, 1983b). A *desintegração* ou *fragmentação temporal* é relatada, por exemplo, na esquizofrenia. As quebras na intencionalidade e a fragmentação do pensamento limitariam a experiência e os conteúdos mentais a elementos singulares, que se transformariam em fragmentos desconexos, muitas vezes irreconhecíveis pelo paciente como sendo seus (Fuchs, 2019). Também nas patologias de distúrbios obsessivo-compulsivos se verifica uma fragmentação temporal, com o objetivo de se compartimentalizar o tempo em unidades mais pequenas, na ilusão de as controlar – o tempo total dividir-se-ia em pequenos tempos parciais através de rituais (Fuchs, 2019).

As distorções na experiência temporal podem estar associadas a quase todas as psicopatologias, cada uma com diferentes manifestações e graus. A presente investigação centra-se apenas na experiência dissociativa. A próxima secção dedicar-se-á, justamente, à caracterização deste tipo de experiências e da sua íntima relação com o tempo e com as diferentes distorções na experiência temporal aqui caracterizadas.

2.4. Tempo e Dissociação

“The self is a time bound concept⁷” (Arlow, 1990, p. 141). Arlow (1986) sugere que a identidade é a conceptualização da *continuação*⁸ do self ao longo do tempo, mesmo com as inevitáveis mudanças. Aqui se compõe um paradoxo – a simultaneidade entre uma continuidade e uma mudança inerentes à existência psíquica (Meissner, 2007). Embora os afetos, as experiências e os significados se alterem, existe no íntimo do sujeito a ideia de que é sempre o próprio, o mesmo, a mudar. Lichtenstein (1974, p. 63) até conceptualizava “temporalidade” como “a permanência na mudança”.

Ao longo da estabilidade na mudança, a experiência é vivida simultaneamente por um “eu sujeito” e por um “eu objeto (James, 1890/2007). Não são duas identidades

⁷ Tradução: “O self é um conceito vinculado ao tempo”

⁸ Essa componente de continuidade faz também lembrar a conceptualização de Winnicott (1948/2001) do papel materno, na função de oferecer *continuidade* às experiências do bebé, ao longo do processo de integração do self no desenvolvimento.

simultâneas, mas duas instâncias temporais com diferentes níveis de abstração de uma mesma identidade. O “eu sujeito”, aquele que experiencia, vive como se fosse *infinito* – numa temporalidade que persiste, sobre a qual tudo o resto é construído. É aquele que pensa, sente, sonha, se move, reconhece dor e prazer (Meissner, 2007). Seria o equivalente à *temporalidade implícita* descrita por Fuchs (2019). Na não patologia, nunca cessa de existir porque é a centralidade do self. O “eu objeto”, por outro lado, é aquele que pensa sobre o “eu sujeito”, que, por atividade introspectiva, cria autorrepresentações, envolvendo-se num contexto temporal mais finito, efêmero e transitório, porque não existe sempre, apenas quando se eleva nesta representação sobre si mesmo (Meissner, 2007). Seria o equivalente à *temporalidade explícita* descrita por Fuchs (2019). Quando a mente revive o passado ou imagina o futuro, passa a existir num plano de representação de si próprio (Berkovich-Ohana & Wittmann, 2017). Estas autorrepresentações podem, também elas, ter envolvências temporais diferentes – podem ser mais fixas, persistentes e estáveis; ou, pelo contrário, ser representações mais transitórias, baseadas em momentos específicos menos representativos (Meissner, 2007). Estas duas instâncias comportam em si mesmas os sentidos de “continuidade” e “mudança” acima referidos. Schultz (2016) propôs um modelo segundo o qual a identidade poderia ser (1) maioritariamente estável e a mudança ocorrer de maneira lenta e progressiva; (2) sofrer mudanças periódicas ou parciais; ou (3) constituir-se como um processo em constante mudança e adaptação.

A consciência do self e do tempo seriam processos inseparáveis e interdependentes em todo o funcionamento não patológico (Mainemelis, 2002). Uma identidade mais estável, está, também, relacionada com uma maior capacidade de planeamento e de orientação para o futuro (Kerpelman e Mosher, 2004; Seginer, 2003), algo que é evidente na adolescência, altura em que, como descreve Erikson (1956), o fenómeno de difusão de identidade se revela com maior intensidade. Um estudo de Laghi et al. (2013) concluiu, em concordância, que indivíduos com identidade integrada eram mais orientados para o futuro e que indivíduos com uma identidade mais difusa eram menos orientados para o futuro. Só o indivíduo seguro, uno, temporalmente situado consegue fazer projeções, traçar objetivos, adiar gratificações e gerir expectativas (Melges, 1990).

2.4.1. Experiências Dissociativas

A dissociação deve ser conceptualizada segundo um contínuo, e não apenas como presença ou ausência de doença (Braun, 1988; Facco et al., 2019; Kihlstrom et al., 1994;

Konuk et al., 2007; Putnam, 1989, 1996). A investigação sugere que a natureza dos construtos psicológicos é maioritariamente contínua, e não discreta (Krueger et al., 2018) e que a maior parte das variáveis psicopatológicas são dimensionais, e não categóricas (Haslam et al., 2012). Isto significa que a variação de sintomas dentro de uma determinada psicopatologia é contínua, (Haslam et al., 2012; Krueger et al., 2018); e que os limites entre os funcionamentos patológico e não patológico não são fixos, mas entrecruzam-se – existe normalidade na patologia e patologia na normalidade (Elahi et al., 2017). Deve ser aceite uma “área cinzenta” dentro de um contínuo entre a normalidade e a patologia, à qual pertencem experiências diferentes, mas que não se enquadram num quadro psicopatológico (Facco et al., 2019). Segundo Kihlstrom et al. (1994), distúrbios dissociativos são raros, afetando entre 3% a 5% da população (Waller & Ross, 1997; Watson, 2003), mas experiências de dissociação são relativamente comuns no dia a dia (Jacobson, 1959; Kihlstrom et al., 1994).

O primeiro e clássico grande estudioso das perturbações dissociativas foi Janet (McWilliams, 2011; Van der Hart & Horst, 1989), que as estudou na sua relação com o trauma e com a histeria. Uma das grandes diferenças entre a sua teoria e as teorias atuais é justamente a sua classificação como patologia – para Janet, a dissociação estava sempre associada à histeria; atualmente acredita-se que fenómenos e experiências dissociativas não são necessariamente patológicos e ocorrem também na população não clínica (Braun, 1988; Van der Hart & Horst, 1989; Putnam, 1989), como um processo normativo que engloba múltiplos estados do self ou alguns estados de “não eu” (Chefetz & Bromberg, 2004). As experiências dissociativas variariam desde estados leves de despersonalização até distúrbios de identidade fragmentada (McWilliams, 2011). As experiências normativas, ao contrário das patológicas, seriam apoiadas na continuidade, consistência e coesão identitárias ao longo do tempo (Chefetz & Bromberg, 2004).

Percorrendo este caminho de um sentido ao outro, no extremo da patologia dissociativa mais grave encontra-se o *distúrbio de identidade dissociativa (DID)*, que antigamente se chamava “distúrbio de identidades múltiplas” (Kihlstrom et al., 1994; Kluft, 1996; McWilliams, 2011; Putnam, 1989; Waller et al., 1996). Este distúrbio, tão impressionante que é considerado por muitas pessoas a perturbação mental mais exótica (McWilliams, 2011), é caracterizado pela coexistência de várias identidades separadas, mas relativamente estáveis, acompanhado da disrupção de memórias, amnésia ou esquecimento de memória autobiográfica (Dell, 2006; Kluft, 1996). É uma patologia rara, que afeta apenas cerca de 1% da população (Dorahay et al., 2014). Por outro lado, no dia

a dia, na experiência da normalidade, a dissociação aparece de forma mais leve na falta da integração normal dos pensamentos, afetos e experiências na consciência e na memória (Bernstein & Putnam, 1986; Konuk et al., 2007). Pode estar relacionada com um distanciamento em relação ao comportamento, aos afetos, às sensações ou ao conhecimento (Braun, 1988; McWilliams, 2011).

Para o presente estudo, as experiências dissociativas serão divididas em (1) despersonalização e desrealização; (2) absorção; (3) distração; (4) distúrbios de memória (Bernstein & Putnam, 1986; Espírito Santo & Abreu, 2009).

Segundo McWilliams (2011), a *despersonalização* é o terceiro sintoma psiquiátrico mais comum, a seguir à ansiedade e depressão. Sintomas de despersonalização e desrealização são relativamente comuns tanto na população normal como noutras perturbações (Lemche et al., 2016), tal como perturbações obsessivo-compulsivas, stress e ansiedade (Soffer-Dudek, 2017), síndrome de stress pós-traumático (Armour et al., 2014) e depressão (Paul et al., 2019). A despersonalização caracteriza-se por um sentimento de irrealidade e estranheza geral em relação ao próprio, e a desrealização por um sentimento de irrealidade e estranheza em relação ao ambiente (Dewe et al., 2018).

A despersonalização pode ser mais direcionada para o corpo ou para a mente (Jacobson, 1959): o indivíduo pode sentir que partes do corpo não lhe são familiares ou não lhe pertencem; ou sentir-se “fora de si” (Jacobson, 1959, p. 582), como se estivesse a observar-se desde fora, num lugar de expectador de si mesmo (Jacobson, 1959). Sierra et al. (2005) destacaram 4 sintomas principais da despersonalização e desrealização: (1) experiência corporal anómala; (2) distanciamento emocional⁹; (3) recordação subjetiva anómala; e (4) alienação do ambiente. Esta conceptualização foi também estudada por Simeon et al. (2008), que validou estes 4 sintomas principais, mas propondo que fosse acrescentado um quinto sintoma de “desintegração temporal”. Sierra e David (2011) dividem as descrições da experiência em termos de (1) uma sensação de serem separados do mundo, com metáforas como verem o mundo através de um nevoeiro; ou de (2) um modo qualitativamente diferente de o experienciar, descrevendo a sua experiência como se estivessem a sonhar ou sempre confusos (Sierra & David, 2011). Os sintomas também podem ser classificados segundo a sua natureza (1) negativa, na perda em relação à sensação normal; ou (2) positiva, no excesso (Charbonneau & O’Conner, 1999).

⁹ Também Phillips et al. (2001) estudaram o distanciamento emocional em indivíduos com sintomas de despersonalização e concluíram que estes demonstravam respostas neuronais reduzidas em regiões cerebrais sensíveis à emoção, e respostas mais intensas em regiões associadas à regulação das emoções.

Voltemo-nos agora para o fator *absorção*¹⁰. Pode ser definida como a disposição de um sujeito para ficar completamente imerso numa experiência perceptual, imaginativa, ideativa (Tellegen & Atkinson, 1974) ou numa tarefa (Baños et al., 1999). Pode também ser associado ao *flow* (Csikszentmihalyi, 1990), um conceito apresentado quando se falava de experiências de *timelessness*, que provoca um foco atencional profundo e impermeável a distrações, que pode levar a uma alteração geral no sentido de realidade e, em casos mais extremos, a uma alteração no estado do self (Tellegen & Atkinson, 1974). A absorção pode ser, então, descrita como uma forma leve de dissociação (Baños et al., 1999; Carleton et al., 2012; Eisen & Carlson, 1998; Fassler et al., 2006; Murray et al., 2007). O foco da atenção profunda num único conjunto de aspetos da experiência, bloqueando ou negligenciando outros, resulta numa pobreza na integração dessa experiência, levando a um sentimento de dissociação (Dalenberg & Paulson, 2009).

Por outro lado, a dissociação está também associada à *distratibilidade* (Verwoerd & Wessel, 2007). Num contexto de competitividade de estímulos, o indivíduo pode manter a atenção num estímulo específico, resistindo aos distratores, ou, incapaz, distribuir a sua atenção por todos. Défices no desempenho neuropsicológico e nos processos de atenção, que se podem traduzir num aumento da distratibilidade (Giesbrecht et al., 2008; Guralnik et al., 2007), são um sintoma comum em pacientes com despersonalização (Adler et al., 2014). Se a distração for entendida como uma série de sensações desconexas pela mudança sucessiva de foco, o que resta são impressões desintegradas (Swanson, 2006). Foi também relacionada com o envolvimento do sujeito na tarefa, sugerindo que quanto maior o envolvimento, menor o nível de distratibilidade (Buetti & Lleras, 2016). Se “envolvimento” equivaler a *absorção* e se a *absorção* e a *distratibilidade* se posicionarem em dois polos opostos de um contínuo, percebe-se que em nenhum desses polos a experiência fica totalmente integrada, podendo levar a sensações de dissociação.

Por fim, também os *distúrbios de memória* parecem estar relacionados com experiências de dissociação (Braun, 1988; Kindt & Van den Hout, 2003). No entanto, os sintomas de dissociação têm também uma relação significativa com experiências de trauma (Briere et al., 2005; Loewenstein, 2018) e muitas vezes os distúrbios de memória na dissociação aparecem associados ao trauma. A dissociação, quando relacionada com o trauma, resulta na perda de memória do evento traumático (Dalenberg & Paulson, 2009). A “experiência não formulada”¹¹ de Stern (2013), isto é, a incapacidade de a

¹⁰ É um fator também muito associado à hipnose (Fassler et al., 2006; Tellegen & Atkinson, 1974).

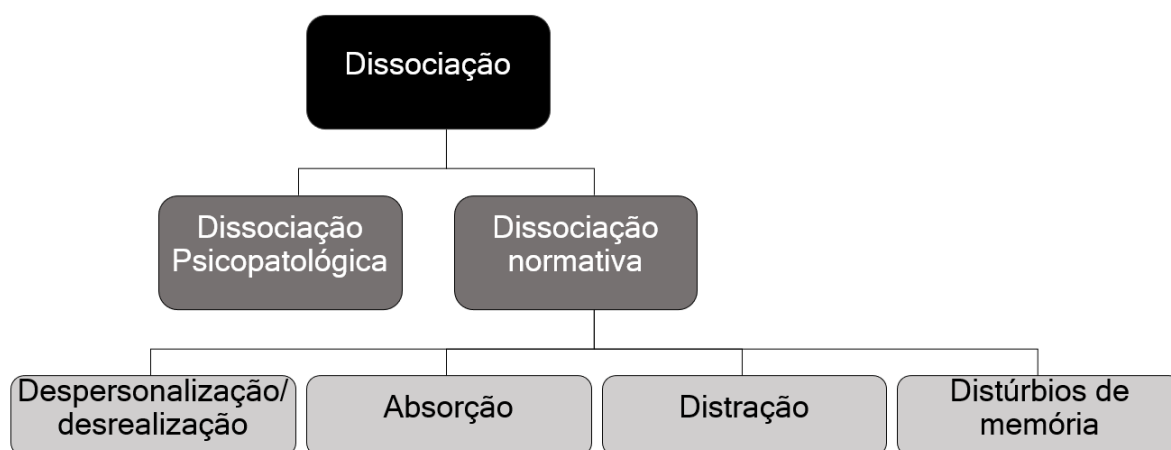
¹¹ “Unformulated experience” no original.

interpretar por restrição de pensamento, limita a sua compreensão, o que pode limitar também o número de conexões neuronais que formam a memória, tornando-a pobre (Dalenberg & Paulson, 2009). No entanto, os distúrbios de memória relacionados com a dissociação referem-se à experiência subjetiva da memória e não à capacidade de formar novas memórias. Distúrbios na experiência subjetiva da memória não implicam que ocorram também distúrbios no desempenho das funções da memória (Kindt et al., 2005).

A Figura 3 representa de forma esquemática uma síntese da conceptualização das Experiências Dissociativas Normativas.

Figura 3

Modelo de Conceptualização das Experiências Dissociativas Normativas



2.4.2. Experiências Dissociativas e Experiência Temporal

Existem relatos sobre distorções na experiência temporal na dissociação, como o caso de uma paciente, que em episódios dissociativos dizia “perder tempo” (McWilliams, 2011). De facto, a identidade e a noção temporal estão tão relacionadas, que distúrbios numa se relacionam com distúrbios na outra (Melges, 1990). Por exemplo, Orgel (1965) postulava que a suspensão do tempo na experiência de *timelessness* seria parte de um distúrbio do sentido de realidade, constituindo-se também como um distúrbio de identidade. Grinberg e Grinberg (1981) escreviam que a fragmentação na experiência temporal leva a uma perda da noção de si, devido à perda da noção de continuidade de si ao longo do tempo que sofreu distorção (Melges, 1970). Mesmo no campo da neurociência, existem evidências de que descargas temporo-límbicas equivalentes provocam simultaneamente distanciamento da realidade (dissociação) e distorções na

experiência do espaço e do tempo (como experiências de *timelessness*) (Saver & Rabin, 1997). Voltando a pensar na sugestão de Simeon et al. (2008), que propunham que fosse acrescentado um quinto sintoma de despersonalização, a “desintegração temporal”, existem alguns autores que suportam esta ideia. Segundo Simeon et al. (2007), alterações na experiência temporal estão intimamente relacionadas com experiências dissociativas. Também Sierra e Berrios (2001) incluíram a alteração na experiência temporal como um sintoma de despersonalização, e foi um dos únicos fatores a verificar a sua relação significativa com a dissociação em todos os grupos de participantes.

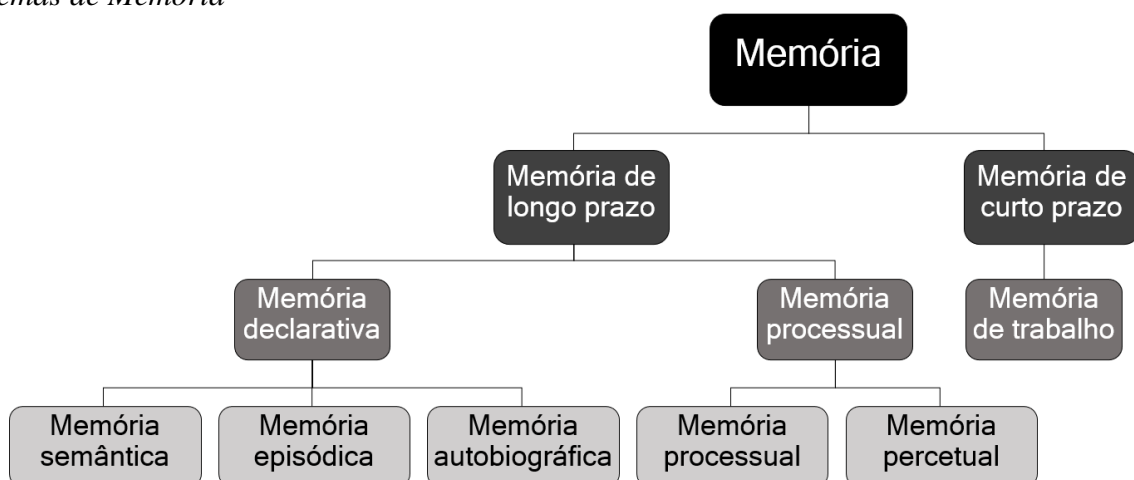
2.5. Tempo, Memórias e Narrativa Autobiográfica

2.5.1. Memórias Autobiográficas

Existem múltiplos modos de classificar os diferentes sistemas de memória, e muitas vezes a caracterização de uns sobrepõe-se a outros (Johnson, 2003). Podem ser organizados segundo sistemas dicotómicos, distinguindo-se entre (1) longo prazo e curto prazo; (2) processual e declarativa; (3) semântica e episódica (Capaldi, 2003); e (4) implícita e explícita (Roediger, III & Meade, 2000). Podem ser organizados de forma hierárquica, tal como representado esquematicamente na Figura 4, segundo uma adaptação do que foi descrito por Johnson (2003), McNamara e Holbrook (2003), Nairne (2003), Roediger, III e Marsh (2003) e Roediger, III e Meade (2000).

Figura 4

Sistemas de Memória



A presente investigação centra-se nas memórias autobiográficas. Podem ser caracterizadas pela sua (1) *especificidade* (Vanderveren et al., 2017), (2) *correspondência* (Conway et al., 2004; Koriat & Goldsmith, 1996) ou (3) *coesão/ coerência* (Reese et al., 2011; Vanaken et al., 2020). A (1) *especificidade* tem que ver com a capacidade de recuperar e evocar memórias mais específicas ou de recuperar apenas memórias mais gerais (Vanderveren et al., 2017). A recuperação de memórias mais específicas está relacionada com uma melhor gestão das emoções – por exemplo, indivíduos deprimidos têm tendência para recuperar memórias mais gerais (Williams et al., 2007). A (2) *correspondência* refere-se à precisão das memórias, (Koriat & Goldsmith, 1996) a um maior ou menor grau de equivalência entre o que é recordado e o que realmente aconteceu, também denominado de “correspondência adaptativa” (Conway et al., 2004, p. 491; Conway, 2005). Por fim, e como objeto de estudo, as memórias autobiográficas podem ser caracterizadas pela sua (3) *coesão/ coerência* (Reese et al., 2011; Vanderveren et al., 2017). Mais do que serem específicas ou corresponderem com maior ou menor exatidão à realidade, a coerência das memórias autobiográficas avalia a narrativa da estrutura interna geral das memórias (Vanderveren et al., 2020; Reese et al., 2011). Para além de aspetos estritamente estruturais, também é importante para a coesão das memórias autobiográficas a inclusão de uma dimensão da sua representação emocional (Vanderveren et al., 2017) e a relação entre os interlocutores – deve ser compreendida como uma componente cooperativa entre quem fala e quem ouve (Linde, 1993).

Segundo o modelo de Reese et al. (2011), uma memória é coerente se (1) contiver informação sobre onde e quando aconteceu; se (2) os eventos forem descritos segundo uma lógica temporal linear e cronológica¹²; e se (3) contiver informação sobre um clímax e uma resolução ou, correspondentemente, se cumpre critérios das dimensões (1) contextual; (2) cronológica; e (3) temática (Reese et al., 2011).

2.5.2. Construção de Narrativas Autobiográficas e Identidade

A coesão/ coerência das memórias autobiográficas é um dos fatores mais importantes no desenvolvimento de narrativas autobiográficas que sejam integradas e não apenas uma aglomeração de narrativas singulares (Vanderveren et al., 2017). É importante também para a formação e manutenção de um sentido de identidade estável (McAdams, 2008).

¹² Também evidenciado por Linde (1993), que escreveu que a ordem temporal é um dos princípios fundamentais das narrativas.

Segundo Singer e Bluck (2001), existem dois modos de estudar e interpretar o sentido histórico do pensamento humano – através do (1) *processamento de narrativas*, a tendência para criar enredos sequenciais, personagens, objetivos, etc; ou da (2) *codificação autobiográfica*, da interpretação e avaliação de memórias. Greg (2006) classificou-os, respetivamente, como (1) modelos em que a identidade é construída a partir da narrativa da história de vida; e (2) modelos de processamento de informação.

McAdams foi um dos investigadores pioneiros no estudo das narrativas como base de partida para o estudo do sentido de identidade no sujeito da era Moderna (McAdams, 1996). O autor inspirou-se no modelo do Ciclo de Vida de Erikson (Erikson, 1950) para construir o Modelo de Identidade baseado na História de Vida¹³(McAdams, 1988), pertencente à primeira categoria enunciada por Singer e Bluck (2001) e por Greg (2006), que afirma que é a partir da construção, desenvolvimento e internalização das auto narrativas que os indivíduos sentem as suas vidas como unificadas e preenchidas de significado e de propósito (McAdams, 2001). Este Modelo faz a distinção entre o (1) *conteúdo* (linha temáticas); e a (2) *estrutura* das narrativas que, quando mais complexas, são também mais diferenciadas e mais integradas (McAdams, 1988). Voltando a pensar nas componentes das Memórias Autobiográficas, poder-se-ia relacionar o (1) *conteúdo* com a *coesão* e a (2) *estrutura* com a *especificidade* e a *correspondência*.

Também Conway e Pleydell-Perace (2000) desenharam um modelo de Memórias Autobiográficas chamado Modelo de Memória do Self¹⁴, pertencente à segunda categoria enunciada por Singer e Bluck (2001) e por Greg (2006). Segundo os autores, a história de vida de um indivíduo constrói-se a partir de diferentes camadas de conhecimento autobiográfico, do geral para o particular (Conway & Pleydell-Perace, 2000). Este modelo organiza o conhecimento autobiográfico em (1) *períodos de vida*, parecido com aquilo a que McAdams chamava “capítulos” da história de vida (McAdams, 1988, p. 284), o conhecimento geral sobre os outros, locais, atividades e conotação emocional associada a um período de vida em específico, como por exemplo “quando andava na escola” ou “quando os meus filhos eram pequenos” (Conway & Pleydell-Perace, 2000, p. 262); (2) *eventos gerais*, conhecimento sobre eventos que se repetem ou sobre categorias de eventos parecidos, como “tardes de trabalho” (Conway & Pleydell-Perace, 2000, p. 262); e (3) *eventos específicos*, isto é, conhecimento sobre pormenores de uma experiência, que se podem relacionar com os “episódios nucleares” de McAdams (1988).

¹³ “Life Story Model of Identity” no original (McAdams, 1988).

¹⁴ “Self-Memory System” no original (Conway & Pleydell-Perace, 2000, p. 261).

Estes três diferentes níveis de abstração foram inovadores na sua função de integração das memórias autobiográficas com o conhecimento autobiográfico (Habermas, 2012).

Por outro lado, com a função de relacionar estas memórias com a estabilidade identitária, Conway & Pleydell-Perace (2000) conceptualizaram o self como (1) *self de trabalho*, como uma hierarquia de objetivos pessoais que guiam as suas cognições, emoções e comportamentos; como (2) *self de longo termo*, que contém informação mais permanente, necessária para organizar e avaliar a experiência pessoal; e como (3) *self conceptual*, que consiste nas atitudes, valores, crenças e esquemas conceptuais e que é orientado pelo conhecimento autobiográfico descrito acima (Conway et al, 2004). Voltemos a pensar nas duas instâncias de representação do self – o “eu sujeito” e o “eu objeto”, descritas quando se falava da relação entre temporalidade e identidade. A autorrepresentações que o “eu objeto” tem do “eu sujeito” podiam ser mais fixas, que é aquilo que eu argumento que corresponderia ao campo do “self conceptual” de Conway et al. (2004); ou, pelo contrário, ser mais transitórias, que corresponderiam ao “self de trabalho” e ao “self de longo termo” descritas por Conway et al. (2004).

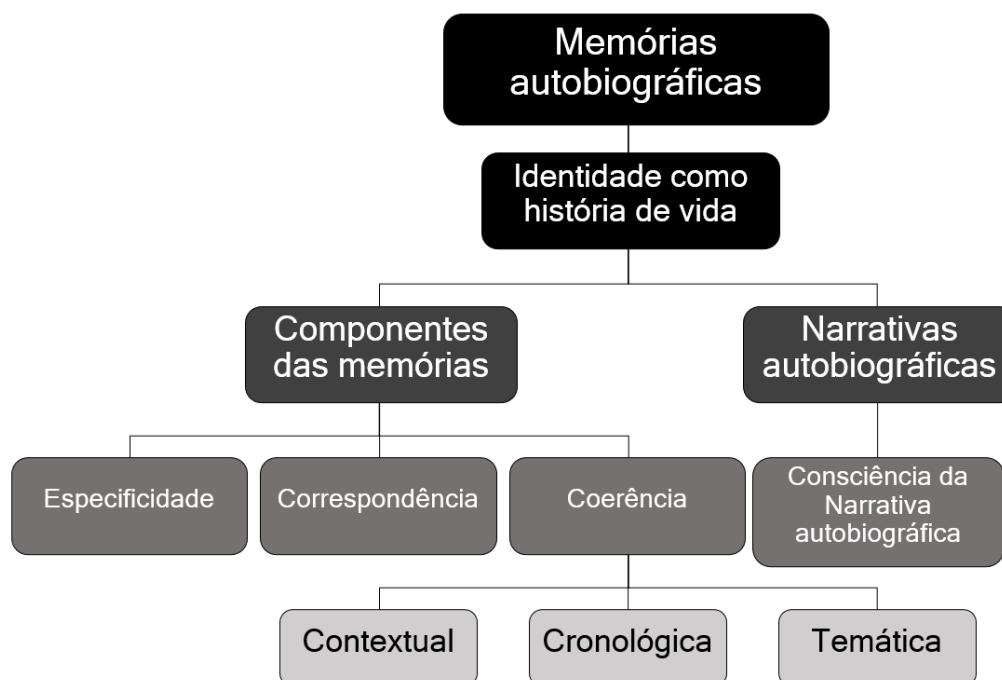
Através destes modelos os autores pretendem focar a natureza histórica da identidade (Singer & Bluck, 2001). As histórias de vida assumem a tarefa fundamental de atribuir significado, de trazer sentido às vidas dos indivíduos e de integrar imagens de quem fomos, de quem somos e de quem seremos (McAdams, 2008). Em casos de dissociação patológica, acontece o oposto. Por exemplo, os estados alterados de pacientes com DID sem força identitária suficiente para sentirem um domínio sobre as próprias experiências não elaboram um conjunto de memórias autobiográficas (Loewenstein, 2018). Onde não existe um sentido de identidade, não se constroem narrativas autobiográficas; onde não se constroem narrativas autobiográficas, existe um fraco sentido de identidade.

Também Hallford e Mellor (2017) se basearam nesta íntima relação entre narrativa autobiográfica e identidade para construir a sua conceção de narrativa autobiográfica. Segundo os autores, para além das dimensões de coesão (1) contextual, (2) temporal e (3) temática enunciadas por Reese et al. (2001) e apresentadas anteriormente, haveria ainda outra dimensão importante a acrescentar – o fator de consciência que as pessoas têm das próprias histórias, incluindo quão conscientes estariam da sua narrativa autobiográfica como um recurso para fazer sentido das suas experiências e integrar as suas vivências. Esta nova dimensão poderia ser pensada como uma dimensão de metacognição, através da qual experiências poderiam ser representadas como parte integrante da história de vida de um indivíduo (Hallford & Mellor, 2017; Hallford et al., 2018).

Com base nas ideias de coesão das memórias autobiográficas e na sua íntima relação com a identidade propostas pelos autores acima enunciados, a Figura 5 representa de forma esquemática os fatores fundamentais das narrativas autobiográficas.

Figura 5

Modelo de Memórias Autobiográficas e sua Relação com Identidade



2.5.3. Narrativa Autobiográfica, Identidade e Temporalidade

As histórias debruçam-se fundamentalmente sobre as vicissitudes da intenção humana organizadas no tempo (McAdams, 2008). De facto, a dimensão temporal das histórias é absolutamente central na sua organização (Linde, 1993). Meissner afirma que “onde não há memória, não há temporalidade”¹⁵ (Meissner, 2007, p. 224) e Damásio (2002) explica que pacientes com amnésia perdem a capacidade de estimar corretamente o tempo, tal íntima é a relação entre tempo e memória. Lapsos na memória podem levar a descontinuidades no fluxo do tempo subjetivo, e vice-versa (Melges et al., 1970).

Zakay (2016) relata o caso de um paciente que, depois de uma infeção por um vírus que lhe atacou o sistema nervoso central, perdeu a codificação de memórias a curto prazo, vivendo preso num mundo que durava entre 7 e 30 segundos. Para além da óbvia perda

¹⁵ “Where there is no memory there is no temporality” no original (Meissner, 2007, p. 224).

de qualidade de vida, este paciente, sendo incapaz de formar novas memórias autobiográficas e tendo sofrido perda de muitas outras, tinha uma ideia profundamente perturbada do seu self (Rathbone et al., 2009). Preso no presente imediato e sem recurso à linha temporal, também a sua identidade ficou perturbada.

Segundo Damásio, “a consciência começa quando o cérebro adquire o poder, devo dizer o simples poder, de contar uma história”¹⁶ (Damásio, 1999, p. 37). A percepção e a perspectiva temporais são fulcrais para relembrar o passado e planejar o futuro e para, desta forma, o sujeito ser capaz de atribuir significado à sua história pessoal (Mannino et al., 2017). O tempo é a história de vida, é aquilo que permite a condensação da história vivida numa narrativa (Hellström & Carlsson, 1996) e é esta narrativa que liga as três instâncias temporais, através da constante criação, atualização e desenvolvimento de uma história de vida mais ou menos coerente (Fuchs, 2019). Sem perspectiva temporal, sem finitude temporal, o sujeito não se conseguiria organizar nem atribuir significado à sua vida, tal como foi apresentado quando se escreveu sobre a filosofia de Heidegger (Pasqua, 1993).

A memória é um mecanismo unificador da experiência. Criativo e moldável, o sujeito é capaz de encontrar novas interpretações e sentidos que lhe unifiquem a experiência. Num mundo descontínuo ou contraditório, cabe ao sujeito acomodar o passado à luz do presente. *Ao permitir mudança, assegura a continuidade* (Meissner, 2007). Sem noção temporal, seria impossível recordar e reconstituir; sem memória, seria impossível o indivíduo situar-se no tempo ou situar-se na sua vida (Meissner, 2007). O tempo é, então, um organizador fundamental da vida psíquica em fenómenos fundamentais como a memória, a identidade e o sentido de continuidade e consistência do self, imprescindível para uma compreensão consistente e não caótica de si e do mundo.

2.6. Objetivos e Hipóteses

Foram definidos os seguintes objetivos e hipóteses para este estudo:

Objetivo 1 – Explorar as Distorções na Experiência Temporal

H1a – Prevê-se que a população que relata ter passado por experiências típicas de *timelessness* (nomeadamente que relata já se ter sentido “parado” e/ ou “fora” do tempo) tenha resultados de maior Distorção na Experiência Temporal.

¹⁶ “Consciousness begins when brains acquire the power, the simple power I must add, of telling a story without words, the story that there is life ticking away in an organism” no original (Damásio, 1999, p. 37).

H1b – Prevê-se que as experiências típicas de *timelessness* estejam associadas a um maior contacto com experiências artísticas, religiosas e/ ou místicas.

H1c – Prevê-se que as experiências típicas de *timelessness* estejam associadas a um maior grau de absorção no contacto com as experiências artísticas e/ ou religiosas.

Objetivo 2 – Perceber como os diferentes Distorções da Experiência Temporal se relacionam com a Experiência Dissociativa.

H2a – Prevê-se que um maior Grau de Dissociação leve a uma maior Distorção da Experiência Temporal

H2b – Prevê-se principalmente que um maior grau de Despersonalização/ desrealização leve a uma maior Distorção da Experiência Temporal.

H2c – Prevê-se que a população com maior Grau de Dissociação revele Experiências Temporais com maior distorção do que a população com menor Grau de Dissociação.

H2d – Prevê-se que a população que relata ter passado por experiências típicas de *timelessness* tenha um maior Grau de Dissociação do que a população que relatou não ter passado por essas experiências.

Objetivo 3 – Perceber como as diferentes Distorções na Experiência Temporal se relacionam com a Consciência e Coerência da Narrativa Autobiográfica.

H3a – Prevê-se que um menor grau de Consciência e Coerência da Narrativa Autobiográfica leve a uma maior Distorção da Experiência Temporal.

H3b – Prevê-se principalmente que um menor grau de Coesão Temporal da Narrativa Autobiográfica leve a uma maior Distorção da Experiência Temporal.

H3c – Prevê-se que a população com menor grau de Consciência e Coerência da Narrativa Autobiográfica revele Experiências Temporais com maior distorção do a população com maior grau.

H3d – Prevê-se que a população que relata ter passado por experiências típicas de *timelessness* tenha um menor grau de Consciência e Coerência da Narrativa Autobiográfica do que a população que relatou não ter passado por essas experiências.

4. Objetivo 4 – Explorar a relação entre a Consciência e Coerência das Memórias Autobiográficas e as Experiências de Dissociação

H4a – Prevê-se que um maior grau de Consciência e Coerência da Narrativa Autobiográfica esteja negativamente correlacionado com um maior Grau de Dissociação.

3. Metodologia

3.1. Participantes

3.1.1. Critérios de Inclusão e de Exclusão

Definiram-se como critérios de inclusão participantes com idades compreendidas entre os 18 e os 65 anos, com o português como língua materna.

Os estudos neo-piagetianos indicam que aos 16 anos mais de metade dos adolescentes ainda funciona ao nível do pensamento operacional ou de estádios anteriores (Sutherland, 1999). Por outro lado, uma das variáveis deste estudo diz respeito à Coesão Identitária, e a adolescência é ainda um tempo de definição da própria identidade (Erikson, 1956). Por fim, poderia ser considerado prematuro estar a colocar questões sobre a Narrativa Autobiográfica a um adolescente com menos de 18 anos.

Por outro lado, além de sinais naturais de degeneração que podem começar a ocorrer por volta dos 65 anos – a demência prematura ocorre quando esses sinais se verificam antes dos 65 anos (Savva et al., 2009) –, as memórias autobiográficas poderiam começar a ficar comprometidas. Num estudo longitudinal com mais de 250 participantes, Rönnlund et al. (2015) verificaram que entre os 18 e os 65 anos, o fator *g* e a capacidade de memória de trabalho se mantinham relativamente estáveis, e que era aos 65 anos que se verificava um desvio significativo. Aos 65 anos, quase metade dos adultos reporta algum problema de memória (Basset & Folstein, 1993). Nas memórias autobiográficas, que muda são aspetos fundamentalmente qualitativos, como centrarem-se muito mais nos eventos passados do que na perspetiva de futuro, quando comparadas com as memórias dos indivíduos entre os 18 e os 55 anos (Schroots et al., 2004). Deste modo, as diferenças nas respostas poderiam dever-se à idade, e não a outras variáveis a ser estudadas.

Dos iniciais 246 protocolos, excluíram-se 2 por serem de participantes com menos de 18 anos, 3 por serem de participantes com mais de 65 anos, 3 por serem de participantes sem o português como língua materna e 17 por estarem incompletos (dos 4 instrumentos, 1 ou mais não foram preenchidos), o que resultou num total de 221 protocolos.

3.1.2. Caracterização da Amostra

A amostra foi composta por 221 participantes. A média das suas idades é de 35.69 anos ($M = 35.69$, $DP = 12.8$) e varia entre os 18 e os 64 anos. Dos 221 participantes 137

(62%) eram do género feminino, 83 (37,5%) eram do género masculino e 1 (0,5%) respondeu “outro”. No Quadro 1 apresentam-se as frequências e percentagens relativas ao nível de escolaridade dos participantes

Quadro 1

Nível de Escolaridade dos Participantes: Frequências (n) e Percentagens (%)

Nível de Escolaridade	Amostra total	
	<i>n</i>	%
Não frequentou a escola	1	.5
Ensino Básico	3	1.4
Ensino Secundário	41	18.6
Licenciatura	110	49.8
Mestrado	63	28.5
Doutoramento	3	1.4

Nota. N_{Total} = 221

Por outro lado, a maioria dos participantes já fez acompanhamento psicológico ou psiquiátrico. Dos 221, 113 (51.1%) já tinham sido acompanhados e 108 (48.9%) nunca tinham sido acompanhados. Dos 221, 174 (78.7%), nunca tinha sido diagnosticada com uma doença do foro psicológico ou psiquiátrico e apenas 47 (21.3%) responderam que sim. No Quadro 2 estão apresentadas as perturbações dos 47 participantes diagnosticados.

Quadro 2

Perturbações Psicológicas/ Psiquiátricas dos Participantes Diagnosticados: Frequências (n) e Percentagens (%)

Perturbação Psicológica/ Psiquiátrica	Participantes Diagnosticados	
	<i>n</i>	%
Ansiedade	12	25.53
Depressão	19	40.43

Distúrbio Obsessivo-Compulsivo	3	6.38
Epilepsia	1	2.13
Hipocondria	1	2.13
Perturbação Bipolar	2	4.26
Perturbação de Hiperatividade e Défice de Atenção	2	4.26
Perturbação dissociativa de identidade	2	4.26
Perturbação Psicossomática	1	2.13
Psicose	1	2.13
Síndrome de Asperger	1	2.13
Não respondeu	2	4.26

Nota. N_{Total} = 47

Dos 221 participantes, 20 (9%) disseram tomar medicação do foro psiquiátrico e 201 (91%) relataram não tomar. Por fim, apenas 10 (4.5%) disseram ter contacto regular com substâncias psicotrópicas não prescritas, ao contrário dos restantes 211 (95.5%).

3.2. Instrumentos

3.2.1. *Questionário Sociodemográfico (QS)*

O QS pode ser consultado no Anexo 1. O primeiro bloco procurava caracterizar a amostra. Perguntava a (1) idade; (2) género; (3) profissão; (4) se o português era a língua materna; (5) se já tinham feito acompanhamento psicológico ou psiquiátrico; (6) se alguma vez tinham sido diagnosticados com uma doença do foro psicológico/ psiquiátrico e qual; (7) se tomavam alguma medicação psiquiátrica e qual; (8) e se tinham contacto regular com substâncias psicotrópicas não prescritas.

O segundo bloco apresentava questões que diziam respeito a um tema que não estava contemplado nos questionários, a experiência de *timelessness*. Estas questões prendiam-se com a (8) experiência artística e (9) religiosa, já que podem ser variáveis que se relacionam com a experiência de *timelessness*. Por outro lado, perguntava-se sobre o (10) grau de *absorção* associado a essas experiências porque, para além de ser associada à

experiência de *timelessness*, é também um dos fatores da *despersonalização* (Bernstein & Putnam, 1986). Perguntava-se também se o participante (11) sentia já ter passado por uma experiência de caráter místico, também associada a estados de *timelessness* (Stace, 1960). Por fim, tendo como base os sintomas mais comuns deste tipo de experiências, perguntava-se se o participante já se tinha sentido (12) parado ou (13) fora do tempo.

3.2.2. Time Integration Questionnaire (TIQ)

Este questionário foi construído na Sérvia pelos investigadores Bogdan Drakulić, Lazar Tenjović, com quem foi feita a correspondência para autorizar a sua utilização na presente investigação, e Dušica Lečić-Toševski em 2003 (Drakulić et al., 2003).

Avalia a experiência subjetiva do tempo através de 42 itens que se organizam segundo as escalas: (1) Sucessão, que mede a velocidade, repetição e continuidade e (2) Integração, que mede a progressão, contiguidade e antevisão (Drakulić et al., 2003).

A validade das escalas está em concordância com outros instrumentos que medem a integração vs. dissociação da experiência temporal (Drakulić et al., 2003). Para além disso, verifica-se uma boa consistência interna – a escala (1) Sucessão apresentava um α de Cronbach de .94 e a escala (2) Integração apresentava um α de Cronbach de .80.

Os indicadores das propriedades psicométricas internas justificam a utilização deste questionário principalmente em investigação (Drakulić et al., 2003).

3.2.3. Awareness of Narrative Identity Questionnaire (ANIQ)

Este questionário foi construído na Austrália pelos investigadores David Hallford e David Mellor em 2017 (Hallford & Mellor, 2017). A correspondência para autorizar a utilização deste questionário na presente investigação foi feita com os dois autores.

Foi criado para avaliar a consciência e a perceção subjetiva da coesão global da narrativa autobiográfica através de 20 itens que se organizam segundo 4 escalas: (1) Consciência da sua Narrativa Autobiográfica; (2) Coesão Temporal; (3) Coesão Causal; (4) Coesão Temática (Hallford & Mellor, 2017). A Escala 1 avalia o nível de consciência do sujeito em relação à utilização da sua narrativa para se perceber a si. Relativamente à coesão, os autores partiram de um instrumento qualitativo amplamente utilizado e traduzido, a codificação de Reese et al. (2001), e transformaram-no num instrumento quantitativo, mas com as mesmas componentes (coesão temporal, causal e temática).

Revela também uma boa consistência interna – a escala (1) Consciência da sua Narrativa Autobiográfica apresentava um α de Cronbach de .88; a (2) escala de Coesão Temporal apresentava um α de Cronbach de .96; a (3) escala de Coesão Causal apresentava um α de Cronbach de .93; e (4) a escala de Coesão Temática apresentava um α de Cronbach de .91 (Hallford & Mellor, 2017).

3.2.4. *Dissociative Experiences Scale (DES)*

Este instrumento, originalmente construído por Eve Bernstein e Frank Putnam em 1986 (Bernstein & Putnam, 1986), foi adaptado para português pelos investigadores Helena Espírito Santo, com quem foi feita a correspondência para autorizar a sua utilização nesta investigação, e José Luís Abreu em 2009 (Espírito Santo & Abreu, 2009).

Pretende medir sintomas de dissociação através de 28 itens organizados segundo 4 escalas: (1) Despersonalização/ desrealização; (2) Absorção; (3) Distratibilidade; (4) Distúrbios de Memória (Espírito Santo & Abreu, 2009).

Revela um bom nível consistência interna, com o α de Cronbach a .94. (Espírito Santo & Abreu, 2009). Cada escala apresentava, igualmente, uma boa consistência: a escala “Despersonalização/ desrealização” apresentava um α de Cronbach de .90; a escala “Absorção” apresentava um α de Cronbach de .83; a escala “Distratibilidade” apresentava um α de Cronbach de .86; e a escala “Distúrbios de memória” apresentava um α de Cronbach de .80. No geral, é um instrumento amplamente reconhecido e os resultados na população portuguesa estão em concordância com os resultados nas outras populações.

3.2.5. *Tradução e adaptação do TIQ e do ANIQ*

A tradução e adaptação do TIQ e do ANIQ foi feita em concordância com as linhas orientadoras da International Test Commission através dos métodos de *forward* e de *back translation*. Não sendo um dos focos principais da investigação, a adaptação destes instrumentos foi feita apenas devido à falta de ferramentas adaptadas para a população portuguesa que fossem adequadas para estudar os construtos em causa.

Encontra-se descrito no Anexo 2 o processo de tradução e adaptação e no Anexo 3 a análise psicométrica destas versões de estudo. Os dois questionários apresentaram propriedades psicométricas parecidas com as das versões originais.

3.3. Procedimento

Depois de concluídas as traduções, entregou-se o RAPI, que foi aprovado no dia 22 de março. Os questionários foram adaptados para a plataforma Qualtrics, a partir da qual se fez a recolha de dados. Foram divulgados através do efeito bola de neve, e de publicações em redes sociais, nomeadamente do Facebook, Instagram e WhatsApp. Foi lançado o questionário no dia 9 de abril e fechado no dia 24 de maio.

No início do protocolo, apresentava-se aos participantes um Consentimento Informado (ver Anexo 4). De seguida, era apresentado o QS, o TIQ, o ANIQ e, finalmente, o DES, por esta ordem.

3.4. Procedimento Estatístico

Depois dos dados serem recolhidos, foram transferidos da plataforma Qualtrics para o *software* informático SPSS (versão 24), através do qual foram analisados.

Começou por se fazer a análise de algumas propriedades psicométricas dos instrumentos traduzidos para português, nomeadamente testes de consistência interna e correlações item-total para o TIQ e para o DES.

Depois, fez-se uma análise descritiva (1) dos dados de caracterização da amostra, calculando-se a média, desvios padrão, valores mínimos e máximos, frequências e percentagens; (2) das restantes questões do questionário sociodemográfico, através do cálculo de frequências e percentagens; e (3) dos resultados totais e escalas dos instrumentos utilizados, através do cálculo de média, desvios padrão, máximos e mínimos.

De seguida, analisou-se a distribuição da amostra, utilizando os testes de Kolmogorov-Smirnov e de Shapiro-Wilk.

Por fim, fizeram-se (1) correlações, através do Coeficiente de Pearson, Coeficiente de Spearman, Coeficiente Bisserial por Pontos e Phi; (2) Regressões Lineares; e (3) Comparação de Grupos, através do teste *t* de Student e do teste não paramétrico de Mann-Whitney.

4. Resultados

4.1. Caracterização das Variáveis

4.1.1. Variáveis do Questionário Sociodemográfico

No Anexo 5 podem ser consultados os valores dos testes de normalidade de Kolmogorov-Smirnov e de Shapiro-Wilk para os resultados totais e para cada escala.

O Quadro 3 apresenta as frequências e percentagens relativas às respostas das perguntas do segundo bloco do Questionário Sociodemográfico (QS).

Quadro 3

Questões do Segundo Bloco do QS: Frequências (n) e Percentagens (%)

Questão	“Sim”		“Não”	
	n	%	n	%
Tem contacto regular com produtos artísticos, como criador ou como apreciador?	172	77.80	49	22.20
Faz uma prática regular de oração/ meditação?	66	29.90	155	70.10
Sente que alguma vez teve uma experiência de carácter místico?	80	36.20	141	63.80
Alguma vez se sentiu parado no tempo?	110	49.80	111	50.20
Alguma vez se sentiu fora do tempo?	115	52.00	106	48.00

Nota. N_{Total} = 221

Dos 172 participantes que afirmaram ter contacto regular com produtos artísticos 142 participantes especificaram ter mais contacto com a música; 110 com o cinema; 90 com a literatura; 68 com o teatro; 35 com a dança; 34 com a pintura; 27 com artes plásticas; e 5 participantes escolheram “outro”, dos quais 3 fizeram alusão à fotografia e 2 ao design.

Apenas 127 participantes responderam à pergunta “Qual o grau de absorção que associa a estas práticas?”. 5 (3.90%) disseram não se sentir nada absorvidos, 20 (15.70%) disseram sentir-se pouco absorvidos, 81 (63.80%), a maioria, disseram sentir-se absorvidos e 21 (16.50%) disseram sentir-se completamente absorvidos.

Os 80 participantes que relataram ter passado por uma experiência de caráter místico podiam especificar com que estava relacionada essa experiência. 26 relataram que estava associada à religião; 27 à meditação; 28 a amor; 26 a processo artístico; 15 a substâncias psicotrópicas e 9 a “outros”, sendo que um participante relatou estar relacionada com “uma quase sensação de estar fora do corpo”.

4.1.2. Experiência Temporal (TIQ), Experiência Dissociativa (DES) e Consciência e Coerência da Narrativa Autobiográfica (ANIQ)

No Anexo 6 estão apresentadas as médias, desvios-padrão, máximos e mínimos de resposta para cada um dos resultados totais e para cada escala dos questionários.

No TIQ e no DES os resultados são calculados a partir da média de respostas. No TIQ os resultados podem variar entre 0 e 5, e quanto maiores, maior a distorção da experiência temporal. No DES os resultados podem variar entre 0 e 10, e quanto maiores, maior o grau de dissociação. No ANIQ os resultados são calculados a partir do somatório de respostas. O resultado total pode variar de 0 a 200, e o resultado das escalas pode variar de 0 a 50, e quanto menor o resultado, menor a coesão das narrativas autobiográficas.

4.2. Relação entre Tempo, Dissociação e Narrativas Autobiográficas (NA)

O Anexo 7 apresenta as correlações de Pearson entre as dimensões da Experiência Temporal (Sucessão e Integração) e da Experiência Dissociativa (Despersonalização/desrealização; Absorção; Distratibilidade, Perturbações de Memória). Segundo Cohen (1992), o coeficiente de correlação de Pearson indica uma relação fraca se variar de 0 a $|.29|$; uma relação média se variar de $|.30|$ a $|.49|$; e uma relação forte se variar de $|.50|$ a 1. As dimensões da Experiência Temporal (TIQ) correlacionam-se negativamente com três das quatro dimensões da Experiência Dissociativa (DES). Ou seja, níveis mais baixos de Sucessão e Integração Temporal associam-se a níveis mais elevados de Experiência Dissociativa. As correlações da Sucessão Temporal com a Experiência Dissociativa são mais fortes do que as da Integração Temporal com a Experiência Dissociativa.

O Anexo 8 apresenta as correlações de Pearson entre as dimensões da Experiência Temporal (Sucessão e Integração) e o grau de Consciência e Coerência das NA (Consciência; Coesão Temporal; Coesão Causal; Coesão Temática). As correlações são todas positivas. Níveis mais elevados de Sucessão e Integração Temporal associam-se a

graus de Coesão mais elevados das NA. A Integração Temporal correlaciona-se de modo mais forte com as dimensões da Consciência e Coerência da NA do que a Sucessão Temporal. A correlação mais forte entre a Experiência Temporal no geral e os 3 diferentes tipos de Coesão (Temporal/ Causal/ Temática) é a correlação com a Coesão Temporal ($r = .36, p < .001$). No entanto, a correlação mais forte é entre a escala de Integração e a Coesão Causal, o que sugere que a Coesão Temporal não tem uma relação particularmente forte com a Experiência Temporal, mas que é uma relação ao nível que as outras variáveis. As únicas correlações não significativas são ambas com a “Consciência da NA”, o que sugere que a Experiência Temporal está mais relacionada com questões de Coesão/ Coerência do que com questões da Consciência dessa NA.

Por fim, o Anexo 9 apresenta as correlações entre as várias dimensões do grau de Consciência e Coesão das Memórias Autobiográficas (Consciência/ Coesão Temporal/ Coesão Causal/ Coesão Temática) e da Experiência Dissociativa (Despersonalização/ desrealização; Absorção; Distratibilidade, Perturbações de Memória). Apenas a correlação entre o Resultado Total do ANIQ e as Perturbações de Memória do DES foi significativa ($r = -.134, p < .05$). Assim, níveis mais baixos de coesão da NA estariam associados a níveis mais elevados de Perturbações de Memória.

4.3. Variáveis do Questionário Sociodemográfico

4.2.1. Relação entre Tempo, Dissociação e Narrativas Autobiográficas e QS

Quadro 4

Correlações Entre Resultados Totais do TIQ, ANIQ, DES e Variáveis do Questionário Sociodemográfico – Coeficiente Bisserial por Pontos

Variáveis do QS (sim/não)	Resultados Totais dos Questionários		
	TIQ	ANIQ	DES
Psicopatologia	.18**	.04	-.15*
Contacto com arte	.13*	-.07	-.19**
Substâncias Psicotrópicas	.15*	.30***	-.01
Religião/ meditação	-.01	-.10	0.10

Experiência mística	.08	-.15*	-.11
Parado no tempo	.20**	-.02	-.301***
Fora do tempo	.21**	-.00	-.24***

* $p < .05$. ** $p < .01$. *** $p < .001$.

O Quadro 4 apresenta as correlações entre os resultados totais da Experiência Temporal (DES), da Consciência e Coerência das Narrativas Autobiográficas (ANIQ), da Experiência Dissociativa (DES) e de algumas das variáveis do QS. Para esta análise utilizou-se o Coeficiente Bisserial por Pontos. Nas variáveis do QS, o menor valor estava associado à resposta “Sim” e o maior valor estava associado à resposta “Não”. Como se pode observar, todas as correlações são fracas.

A correlação positiva significativa, embora fraca, entre já se ter sentido “parado” ou “fora do tempo” e o Resultado Total do TIQ sugere que ter passado por essas experiências está associado a valores mais baixos no TIQ, o que indica uma maior distorção na Experiência Temporal. Por outro lado, o Resultado Total do TIQ relaciona-se de forma significativa apenas com o contacto com a arte, mas não com a religião ou o misticismo. As relações entre a Experiência Temporal e a Psicopatologia e entre a Experiência Temporal e o consumo de Substâncias são também significativas.

Por outro lado, foram encontradas correlações significativas entre o Resultado Total do DES e sentir-se “parado” no tempo; e entre o Resultado Total do DES e sentir-se “fora” do tempo, o que sugere uma relação entre experiências de *timelessness* e de dissociação.

Por fim, a Consciência e Coerência da NA correlaciona-se positivamente com o consumo de substâncias psicotrópicas não prescritas, ou seja, uma menor coesão da NA associa-se mais ao consumo de substâncias. De resto, todas as correlações foram fracas, mas são de destacar as correlações entre o Grau de Dissociação e a Psicopatologia; e entre o Grau de Dissociação e o Contacto com a Arte.

Para além disso, foram também calculadas correlações entre o Grau de Absorção associado ao contacto com a arte e com a religião e as variáveis medidas pelo TIQ, ANIQ e DES utilizando o Coeficiente de Spearman, mas quase nenhuma se revelou significativa. Os valores das correlações estão apresentados no Anexo 10.

4.2.2. Relação entre Timelessness, Arte, Religião e Misticismo

Efetuarão-se correlações entre as experiências típicas de *timelessness* (já se ter sentido “parado” ou “fora” do tempo) e o contacto com a arte, a religião e experiências místicas, através do coeficiente Phi, apresentadas no Quadro 5. As correlações são significativas, embora fracas, entre ter-se sentido “parado” no tempo e o contacto com a Arte e com as Experiências Místicas; e entre ter-se sentido “fora” do tempo e o contacto com a Arte e com as Experiências Místicas. No entanto, não foi significativa a correlação entre a experiência Religiosa e nenhuma das experiências de *timelessness*. A correlação mais forte foi entre a Experiência Mística e sentir-se fora do tempo.

Quadro 5

Correlações Entre Experiência de um Indivíduo se ter Sentido Parado ou Fora do Tempo e Variáveis do Questionário Sociodemográfico – Phi

	Parado no tempo	Fora do tempo
Variáveis do QS (sim/não)		
Contacto com arte	.248***	.185**
Religião/ meditação	.003	.053
Experiência mística	.229**	.252***

** $p < .01$. *** $p < .001$.

4.3. Relações de Dependência entre Variáveis

4.3.1. Identidade e Temporalidade

Em primeiro lugar, testaram-se as Hipóteses H2a, que previa que uma maior experiência dissociativa pudesse explicar uma maior distorção da experiência temporal, tanto na escala de Sucessão como na escala de Integração; e H2b, que previa a especificidade de um maior grau de despersonalização/ desrealização poder explicar uma maior distorção da experiência temporal.

Calcularam-se 4 regressões lineares simples.

A primeira, que testa a relação entre o Grau de Dissociação (Variável Independente – VI) e a Experiência Temporal (Variável Dependente – VD), está apresentada no Quadro

6. Foi encontrada uma equação de regressão significativa ($F(1, 219) = 81.44, p < .001$), com um R^2 de .271. Esta análise indica que, por cada aumento de 1 ponto do DES, o resultado médio do TIQ diminuía .15. O R^2 e R^2 ajustado não são muito elevados, o que sugere no geral uma pobre qualidade de ajustamento do modelo à equação de regressão.

Quadro 6

Modelo de Regressão Linear Entre as Experiências Dissociativa (VI) e Temporal (VD)

Variável	B	95% IC	β	t	p
(Constante)	3.58	[3.50, 3.67]		81.32	.000
Experiência Dissociativa	-.15	[-.18, -.12]	-.52	-9.02	.000

Nota. IC – Intervalo de confiança para B; R^2 ajustado = .27.

O segundo modelo de regressão testa a relação entre o Grau de Dissociação (VI) e a Sucessão Temporal (VD), e está apresentado no Quadro 7. Foi encontrada uma equação de regressão significativa ($F(1, 219) = 118.84, p < .001$), com um R^2 de .352. Esta análise indica que, por cada aumento de 1 ponto na escala de Sucessão Temporal, o resultado médio do TIQ diminuía .23. O R^2 e R^2 ajustado continuam a não são muito elevados, mas têm um valor superior aos do modelo anterior, o que sugere que este modelo se ajusta melhor à equação de regressão do que o anterior.

Quadro 7

Modelo Regressão Linear Entre Experiência Dissociativa (VI) e Sucessão Temporal (VD)

Variável	B	95% IC	β	t	p
(Constante)	3.71	[3.60, 3.82]		66.41	.000
Experiência Dissociativa	-.23	[-.28, -.19]	-.59	-10.90	.000

Nota. IC – Intervalo de confiança para B; R^2 ajustado = .35.

O terceiro modelo de regressão testa a relação entre o Grau de Dissociação (VI) e a Integração Temporal (VD), e está apresentado no Quadro 8. Foi encontrada uma equação de regressão significativa ($F(1, 219) = 7.15, p < .05$), com um R^2 de .032. Esta análise indica que, por cada aumento de 1 ponto na escala de Sucessão Temporal, o resultado

médio do TIQ diminuía .05. O R^2 e R^2 ajustado são muito baixos, o que sugere uma muito pobre qualidade de ajustamento do modelo à equação de regressão.

Quadro 8

Modelo Regressão Linear Entre Experiência Dissociativa (VI) Integração Temporal (VD)

Variável	B	95% IC	β	t	p
(Constante)	3.41	[3.31, 3.51]		66.50	.000
Experiência Dissociativa	-.05	[-.09, -.01]	-.18	-2.67	.008

Nota. IC – Intervalo de confiança para B; R^2 ajustado = .03.

O quarto modelo de regressão testa a relação entre o Grau de Despersonalização/ desrealização (VI) e a Experiência Temporal (VD), e está apresentado no Quadro 9. Foi encontrada uma equação de regressão significativa ($F(1, 219) = 63.22, p < .001$), com um R^2 de .224. Esta análise indica que, por cada aumento de 1 ponto na escala de Sucessão Temporal, o resultado médio do TIQ diminuía .13. O R^2 e R^2 ajustado continuam a ser baixos, o que sugere de novo uma pobre qualidade de ajustamento do modelo à equação. Embora este modelo revele um ajuste parecido aos valores anteriores ($R^2 = .224, p < .001$), o valor de R^2 é menor do que o valor do primeiro modelo, que relaciona as variáveis mais gerais ($R^2 = .271, p < .001$), sugerindo que a Despersonalização/ desrealização não prediz melhor a Experiência Temporal do que o Grau de Dissociação no geral.

Quadro 9

Modelo de Regressão Linear Entre a Despersonalização/ Desrealização (VI) e a Experiência Temporal (VD)

Variável	B	95% IC	β	t	p
(Constante)	3.40	[3.33, 3.46]		108.88	.000
Despersonalização/ desrealização	-.13	[-.16, -.10]	-.47	-7.95	.000

Nota. IC – Intervalo de confiança para B; R^2 ajustado = .22.

De todos, o modelo (Quadro 7) que parece ter o melhor ajuste e nível de significância é aquele com a escala “Sucessão” como VD ($R^2 = .352, p < .001$) e o modelo (Quadro 8)

que parece ter o pior ajuste e nível de significância é o modelo com a escala “Integração” como VD ($R^2 = .032, p < .01$), o que sugere que a dependência da Experiência Temporal em relação ao Grau de Dissociação é, na verdade, a dependência da Sucessão Temporal em relação ao Grau de Dissociação, isto é, que o Grau de Dissociação tem um impacto mais forte e significativo na Sucessão Temporal do que na Integração Temporal.

Para se verificar a validade das regressões, confirmou-se que os resíduos apresentavam distribuição normal. Os testes estão apresentados no Anexo 11.

4.3.2. Narrativa Autobiográfica (NA) e Temporalidade

De seguida, testaram-se as Hipóteses H3a, que previa que uma menor consciência e coesão da NA estivesse associada a uma maior distorção da experiência temporal; e H3b, que previa a especificidade de uma menor coesão temporal da NA se associar a uma maior distorção da experiência temporal. Calcularam-se 4 regressões lineares simples.

A primeira, que testa a relação entre o Grau de Consciência e Coerência da NA (VI) e a Experiência Temporal (VD), está apresentada no Quadro 10. Foi encontrada uma equação de regressão significativa ($F(1, 219) = 27.25, p < .001$), com um R^2 de .11. Por cada aumento de 1 ponto do ANIQ, o resultado médio do TIQ aumentava .004. Os valores R^2 e R^2 ajustado são baixos, sugerindo uma pobre qualidade de ajustamento do modelo.

Quadro 10

Modelo de Regressão Linear Entre a Consciência e Coerência da Narrativa Autobiográfica (VI) e a Experiência Temporal (VD)

Variável	B	95% IC	β	t	p
(Constante)	2.673	[2.451, 2.895]		23.705	.000
Consciência e Coerência da NA	.004	[.003, .006]	.333	5.220	.000

Nota. IC – Intervalo de confiança para B; R^2 ajustado = .11.

O segundo modelo de regressão testa a relação entre o Grau de Consciência e Coerência da NA (VI) e a Sucessão Temporal (VD) e está apresentado no Quadro 11. Foi encontrada uma equação de regressão significativa ($F(1, 219) = 10.32, p < .01$), com um R^2 de .045. Por cada aumento de 1 ponto do ANIQ, o resultado médio do TIQ aumentava

.004. No entanto, os valores R^2 e R^2 ajustado são extremamente baixos, o que sugere no geral uma muito pobre qualidade de ajustamento do modelo à equação de regressão.

Quadro 11

Modelo de Regressão Linear Entre a Consciência e Coerência da Narrativa Autobiográfica (VI) e a Sucessão Temporal (VD)

Variável	B	95% IC	β	t	p
(Constante)	2.711	[2.401, 3.021]		17.212	.000
Consciência e Coerência da NA	.004	[.001, .006]	.212	3.212	.000

Nota. IC – Intervalo de confiança para B; R^2 ajustado = .04.

O terceiro modelo de regressão testa a relação entre o Grau de Consciência e Coerência da NA (VI) e a Integração Temporal (VD) e está apresentado no Quadro 12. Foi encontrada uma equação de regressão significativa ($F(1, 219) = 38.18, p < .001$), com um R^2 de .148. Esta análise indica que, por cada aumento de 1 ponto do ANIQ, o resultado médio do TIQ aumentava .005. Os valores de R^2 e R^2 ajustado continuam a ser baixos, no entanto são mais elevados do que os valores dos dois modelos anteriores, sugerindo que este se ajusta melhor à sua equação de regressão.

Quadro 12

Modelo de Regressão Linear Entre a Consciência e Coerência da Narrativa Autobiográfica (VI) e a Integração Temporal (VD)

Variável	B	95% IC	β	t	p
(Constante)	2.262	[2.406, 2.846]		23.531	.000
Consciência e Coerência da NA	.005	[.003, .007]	.385	6.179	.000

Nota. IC – Intervalo de confiança para B; R^2 ajustado = .15.

Por fim, o último modelo de regressão que testa a relação entre o Grau de Coesão Temporal da NA (VI) e a Experiência Temporal (VD) apresenta-se no Quadro 13. Foi encontrada uma equação de regressão significativa ($F(1, 219) = 4.87, p < .001$), com um R^2 de .128. Esta análise indica que, por cada aumento de 1 ponto do ANIQ, o resultado

médio do TIQ aumentava .012. Os valores de R^2 e R^2 ajustado são muito baixos, no entanto o valor de B para a VI é mais elevado do que no primeiro modelo, o que sugere um maior impacto desta VI na mesma VD “Experiência Temporal”.

Quadro 13

Modelo Regressão Linear Entre a Coesão Temporal (VI) e a Experiência Temporal (VD)

Variável	B	95% IC	β	t	p
(Constante)	2.850	[2.704, 2.997]		38.291	.000
Grau de Coesão Temporal	.012	[.008, .017]	.357	5.662	.000

Nota. IC – Intervalo de confiança para B; R^2 ajustado = .12.

Tendo em conta os resultados, pode afirmar-se que um menor Grau de Consciência e Coerência da NA prediz uma maior distorção da Experiência Temporal. O modelo (Quadro 11) que parece ter o melhor ajuste e o melhor nível de significância é o modelo com a escala “Integração” como VD ($R^2 = .148$, $p < .001$) e o modelo (Quadro 12) que parece ter o pior ajuste (de nível muito baixo) e o pior nível de significado é o modelo com a escala “Sucessão” como VD ($R^2 = .045$, $p < .001$), o que parece sugerir que a dependência da Experiência Temporal em relação ao Grau de Consciência e Coerência da NA é, na verdade, dependência da Integração Temporal, isto é, que o Grau de Consciência e Coerência da NA tem um impacto mais forte e significativo na Integração Temporal do que na Sucessão Temporal. Por outro lado, o modelo de correlação (Quadro 13) entre a Coesão Temporal (VI) e a Experiência Temporal (VD) revela um ajuste parecido aos valores dos modelos de correlação anteriores e um bom nível de significância ($R^2 = .128$, $p < .001$), sendo o valor de R^2 até mais elevado do que o valor do primeiro modelo, que relaciona as variáveis mais gerais ($R^2 = .111$, $p < .001$), o que sugere que a Coesão Temporal prediz melhor a Experiência Temporal do que o Grau de Consciência e Coerência das Narrativas Autobiográficas no geral.

Para se verificar a validade das regressões, confirmou-se que os resíduos apresentavam distribuição normal. Os testes estão apresentados no Anexo 12.

4.4. Comparações da amostra

Para se poder analisar os dados em maior profundidade, dividiu-se a amostra segundo

diferentes critérios, de modo a comparar a forma como diferentes populações se comportavam relativamente às variáveis.

4.4.1. *Experiência de Timelessness*

O primeiro critério de divisão da amostra fez-se segundo as duas perguntas do QS que procuravam detetar sensações típicas da experiência de *timelessness*, nomeadamente se o participante já se tinha sentido (1) parado ou (2) fora do tempo. Deste modo, começou por se dividir a amostra segundo o grupo daqueles que relatavam já se terem sentido “parados” no tempo (Grupo A1) e o grupo daqueles que nunca o tinham experienciado (Grupo A2). De seguida, dividiu-se a amostra segundo aqueles que relatavam já se terem sentido “fora” do tempo (Grupo B1) e aqueles que nunca o tinham experienciado (Grupo B2). Por fim, voltou-se a dividir a amostra no grupo daqueles que relatavam já se terem sentido “parado”s e “fora” do tempo (Grupo C1); e no grupo daqueles que nunca tinham experienciado nenhuma das sensações (Grupo C2). No Quadro 14, estão apresentadas as frequências e percentagens dos sujeitos distribuídos por cada grupo.

Consideraram-se as Hipóteses H1a, que previa que os indivíduos que relatassem ter experienciado estas sensações típicas de *timelessness* apresentariam também maior distorção da experiência temporal; H2c, que previa que esses indivíduos apresentariam também um maior grau de dissociação; e H3d, que previa que esses indivíduos apresentariam também um menor grau de coesão e consciência da narrativa autobiográfica.

Quadro 14

Grupos A1, A2, B1, B2, C1, C2, C3 – Frequências (n) e Percentagens (%)

Grupos	Participantes	
	<i>n</i>	%
Grupo A1 (“parados” no tempo)	110	49.80
Grupo A2	111	50.20
Grupo B1 (“fora” do tempo)	115	52.00
Grupo B2	106	48.00

Grupo C1 (“parados” e “fora” do tempo)	82	37.10
Grupo C2	78	35.3

Nota. $N_{\text{Total}} = 221$

4.4.1.1. *Timelessness* e Sucessão e Integração Temporal

As comparações dos resultados da Experiência Temporal (TIQ) através do teste *t* de Student entre os Grupos A1 e A2 (sentir-se “parados” no tempo), B1 e B2 (sentir-se “fora” do tempo) e C1 e C2 (sentir-se “parados” e “fora” do tempo) estão apresentada nos Quadros 15, 16 e 17, respetivamente.

Quadro 15

Comparação dos Grupos A1 e A2 na Experiência Temporal – Média (M), Desvio Padrão (DP), Valores de t e Valores de p – Teste t de Student

	Grupo A1		Grupo A2		<i>t</i>	<i>p</i>
	<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>M</i>	<i>DP</i>		
Experiência Temporal (TIQ)	3.16	.46	3.33	.35	-2.98	.003
Sucessão	3.05	.60	3.35	.48	-4.05	.000
Integração	3.30	.43	3.30	.41	-.041	.967

Quadro 16

Comparação dos Grupos B1 e B2 na Experiência Temporal – Média (M), Desvio Padrão (DP), Valores de t e Valores de p – Teste t de Student

	Grupo B1		Grupo B2		<i>t</i>	<i>p</i>
	<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>M</i>	<i>DP</i>		
Experiência Temporal (TIQ)	3.16	.44	3.33	.37	-3.10	.002
Sucessão	3.07	.57	3.34	.52	-3.72	.000
Integração	3.28	.45	3.31	.39	-7.82	.435

Quadro 17

Comparação dos Grupos C1 e C2 na Experiência Temporal – Média (*M*), Desvio Padrão (*DP*), Valores de *t* e Valores de *p* – Teste *t* de Student

	Grupo C1		Grupo C2		<i>t</i>	<i>p</i>
	<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>M</i>	<i>DP</i>		
Experiência Temporal (TIQ)	3.15	.48	3.38	.35	-3.50	.001
Sucessão	3.04	.62	3.43	.48	-4.50	.000
Integração	2.92	.46	3.32	.42	-.47	.639

Como se pode verificar, em todas as comparações de grupos, entre os grupos A1 e A2 (Quadro 15); B1 e B2 (Quadro 17); e C1 e C2 (Quadro 19), as diferenças foram significativas apenas para o Resultado Total do TIQ e para a escala de Sucessão Temporal, mas não para a escala de Integração Temporal. Ou seja, os indivíduos que já se sentiram “parados” no tempo, “fora” do tempo, ou “parados e fora” do tempo apresentam maior grau de dissociação na Experiência Temporal no geral e na Sucessão Temporal do que aqueles que nunca se sentiram “parados”, “fora” do tempo ou que nunca passaram por nenhuma dessas experiências. A maior diferença entre todos os pares de grupos verifica-se no resultado da escala de Sucessão, sugerindo que a relação entre *timelessness* e Sucessão Temporal é significativa, ao contrário da relação entre *timelessness* e Integração Temporal. Essa diferença é maior entre os Grupos C1 (*M* = 3.04) e C2 (*M* = 3.43) do que entre os Grupos A1 (*M* = 3.05) e A2 (*M* = 3.35) e entre os Grupos B1 (*M* = 3.07) e B2 (*M* = 3.34), o que sugere que a maior diferença na distorção da Sucessão Temporal ocorre entre aqueles que relatam as duas experiências típicas de *timelessness* e aqueles que relatam não ter passado por nenhuma.

4.4.1.2. *Timelessness*, Experiência Dissociativa e Consciência e Coerência da Narrativa Autobiográfica

As comparações dos resultados do Grau de Dissociação (DES) e do Grau de Consciência e Coerência da NA (ANIQ) através do teste não paramétrico de Mann-Whitney entre os Grupos A1 e A2 (sentir-se “parados” no tempo), B1 e B2 (sentir-se

“fora” do tempo) e C1 e C2 (sentir-se “parados” e “fora” do tempo) estão apresentadas nos Quadros 18, 19 e 20, respectivamente.

Quadro 18

Comparação Grupos A1 e A2 na Experiência Dissociativa e na Consciência e Coerência da NA – Média dos Postos (M), Valores de U e Valores de p – Teste U de Mann-Whitney

	Grupo A1	Grupo A2	U	p
	M	M		
Experiência Dissociativa (DES)	128.79	93.37	4148.50	.000
Despersonalização/ desrealização	126.90	95.25	4356.50	.000
Absorção	129.82	92.35	4034.50	.000
Distratibilidade	126.63	95.51	4386.00	.000
Perturbações de Memória	114.97	107.06	5668.00	.355
Coesão e Consciência da NA (ANIQ)	113.25	108.77	5857.50	.603
Consciência	117.00	105.05	5444.50	.164
Coesão Temporal	108.03	113.94	5778.50	.492
Coesão Causal	114.43	107.60	5728.00	.427
Coesão Temática	114.59	107.44	5710.00	.405

Quadro 19

Comparação Grupos B1 e B2 na Experiência Dissociativa e na Consciência e Coerência da NA – Média dos Postos (M), Valores de U e Valores de p – Teste U de Mann-Whitney

	Grupo B1	Grupo B2	U	p
	M	M		
Experiência Dissociativa (DES)	125.53	95.24	4424.00	.000
Despersonalização/ desrealização	127.56	93.04	4191.00	.000

Absorção	127.32	93.29	4218.00	.000
Distratibilidade	120.29	100.92	5027.00	.024
Perturbações de Memória	115.33	106.30	5597.00	.292
Coesão e Consciência da NA (ANIQ)	111.51	110.44	6036.00	.901
Consciência	116.03	105.55	5517.00	.223
Coesão Temporal	109.02	113.15	5867.00	.631
Coesão Causal	113.22	108.59	5839.50	.590
Coesão Temática	114.22	107.50	5724.50	.435

Quadro 20

Comparação dos Grupos C1 e C2 – Média dos Postos (M), Valores de U e Valores de p – Teste U de Mann-Whitney

	Grupo C1		U	p
	M	M		
Experiência Dissociativa (DES)	96.29	63.90	1903.50	.000
Despersonalização/ desrealização	96.29	63.90	1761.50	.000
Absorção	98.02	62.08	1761.50	.000
Distratibilidade	92.70	67.68	2198.00	.001
Perturbações de Memória	84.44	76.36	2875.00	.267
Coesão e Consciência da NA (ANIQ)	81.88	79.04	3084.50	.698
Consciência	86.04	74.67	2743.50	.120
Coesão Temporal	78.18	82.94	3007.50	.515
Coesão Causal	83.37	77.49	2963.00	.422
Coesão Temática	84.06	76.76	2906.00	.318

Relativamente à relação entre experiências de *timelessness* e Experiências Dissociativas, em todas as comparações de grupos, entre os grupos A1 e A2 (Quadro 16); B1 e B2 (Quadro 18); e C1 e C2 (Quadro 20), as diferenças foram significativas para o Resultado Total do DES para e 3 das suas 4 escalas – só não foram significativas para a escala de Perturbações de Memória. Ou seja, os indivíduos que já se sentiram “parados” no tempo, “fora” do tempo, ou “parados e fora” do tempo apresentam maior Grau de Dissociação no geral; maior grau de Despersonalização/ desrealização; maior grau de Absorção; e maior grau de Distratibilidade do que os indivíduos que nunca se sentiram “parados” no tempo, “fora” do tempo ou nunca passaram por nenhuma dessas experiências. A diferença do resultado geral do Grau de Dissociação entre grupos é maior entre os Grupos Grupos A1 ($M = 128.79$) e A2 ($M = 93.37$) do que entre os grupos Grupos B1 ($M = 125.53$) e B2 ($M = 95.24$) e C1 ($M = 96.29$) e C2 ($M = 63.90$), o que sugere que a maior diferença no Grau de Dissociação ocorre entre os indivíduos que relatam já se ter sentido parados no tempo e aqueles que descrevem nunca o ter experienciado. Por outro lado, e congruente com esta ideia, o Grupo A1 é aquele que apresenta valores mais elevados de Dissociação.

Por fim, no que diz respeito à relação entre experiências de *timelessness* e o Grau de Consciência e Coerência da Narrativa Autobiográfica, em nenhum par de grupos (A1 e A2; B1 e B2; C1 e C2) as diferenças entre as populações foram significativas, nem para o Resultado Total do ANIQ nem para nenhuma das suas escalas. Estes resultados sugerem que o Grau de Consciência e Coesão da NA não se relaciona de forma significativa com experiências típicas de *timelessness*.

4.4.2. Extremos da Experiência de Dissociação

O segundo critério prendeu-se com o grau de dissociação. Relembra-se que a Média do resultado total do DES era 2.18 ($M = 2.18$, $DP = 1.42$). Assim, num dos extremos, criou-se um grupo (Grupo D^+) com os indivíduos cujo resultado total do DES equivalesse a um valor igual ou superior à média mais um desvio padrão (3.60); e no outro extremo, criou-se um grupo (Grupo D^-) com os indivíduos cujo resultado total do DES equivalesse a um valor igual ou inferior à média menos um desvio padrão (.76). Assim, o Grupo D^+ era composto por 36 (16.30%) sujeitos e o Grupo D^- era composto por 31 (14.03%) sujeitos, dos 221 participantes da amostra total. Os resultados da comparação entre o Grupo D^- e o Grupo D^+ através do teste t de Student estão apresentadas no Quadro 21.

Quadro 21

Comparação dos Grupos D⁻ e D⁺ – Média (M), Desvio Padrão (DP), Valores de t e Valores de p – Teste t de Student

	Grupo D ⁻		Grupo D ⁺		t	p
	M	DP	M	DP		
Experiência Temporal (TIQ)	3.62	.31	2.82	.39	9.23	.000
Sucessão	3.80	.41	2.59	.50	10.69	.000
Integração	3.41	.36	3.10	.44	3.20	.002

Os 36 sujeitos com os resultados mais elevados no DES (Grupo D⁺) demonstraram ter resultados significativamente mais baixos no resultado total do TIQ e nas suas duas escalas, de Sucessão Temporal e de Integração Temporal, do que os 31 sujeitos com os resultados mais baixos no DES (Grupo D⁻). Isto significa que os indivíduos com maior Grau de Dissociação apresentam também maior grau de distorção na Experiência Temporal; e que os indivíduos com menor Grau de Dissociação apresentam também um menor grau de distorção na Experiência Temporal. A maior diferença entre os grupos verifica-se no resultado da escala de Sucessão.

4.4.3. Extremos da Coesão da Narrativa Autobiográfica

O segundo critério prendeu-se com o grau de coesão da NA. Relembra-se que a Média do resultado total do ANIQ era 134.67 ($M = 134.67$, $DP = 32.59$). Assim, num dos extremos, criou-se um grupo (Grupo E⁺) com os indivíduos cujo resultado total do ANIQ equivalesse a um valor igual ou superior à média mais um desvio padrão (167.26); e no outro extremo, criou-se um grupo (Grupo E⁻) com os indivíduos cujo resultado total do DES equivalesse a um valor igual ou inferior à média menos um desvio padrão (102.08).

Tendo em conta estes critérios, o Grupo E⁺ era composto por 32 (14.48%) sujeitos e o Grupo E⁻ era composto por 37 (16.74%) sujeitos, dos 221 participantes da amostra total.

Os resultados da comparação do resultado do TIQ entre o Grupo E⁻ e o Grupo E⁺ através do teste *t* de Student estão apresentadas no Quadro 22.

Quadro 22

Comparação dos Grupos E⁻ e E⁺ – Média (M), Desvio Padrão (DP), Valores de t e Valores de p – Teste t de Student

	Grupo E ⁻		Grupo E ⁺		t	p
	M	DP	M	DP		
Experiência Temporal (TIQ)	3.05	.40	3.48	.43	-4.21	.000
Sucessão	3.02	.58	3.44	.61	-2.91	.005
Integração	3.09	.43	3.52	.36	-4.46	.000

Os 32 sujeitos com os resultados mais elevados no ANIQ (Grupo E⁺) demonstraram ter resultados significativamente mais baixos no resultado total do TIQ e nas suas duas escalas, nomeadamente na escala de Sucessão e de Integração, do que os 37 sujeitos com os resultados mais baixos no ANIQ (Grupo E⁻). Ou seja, os indivíduos com maior Coesão da sua NA apresentam também um menor grau de distorção da Experiência Temporal; e os indivíduos com menor Coesão da sua NA apresentam também um maior grau de distorção da Experiência Temporal.

4.5. Experiência Temporal: *Timelessness*, Sucessão e Integração

Quadro 23

Correlações Entre TIQ e Experiências *Timelessness* – Coeficiente Bisserial por Pontos

Variáveis do QS (sim/não)	TIQ Total	Sucessão Temporal	Integração Temporal
Parado no tempo	.20**	.26***	.01
Fora do tempo	.21**	.24***	.05

** $p < .01$. *** $p < .001$.

No Quadro 23, estão apresentadas as correlações entre Experiências típicas de *timelessness* e Distorções na Sucessão e na Integração Temporal, para se caracterizar melhor a relação entre as várias componentes da Distorção da Experiência Temporal. Os resultados indicam que a Sucessão Temporal se correlaciona de forma significativa com ambas as experiências típicas de *timelessness*, mas a Integração Temporal não.

5. Discussão

5.1. Experiência Temporal

5.1.1. Experiência Temporal: Timelessness, Sucessão e Integração

Um dos principais objetivos do presente estudo era explorar as diferentes distorções na experiência temporal. A Hipótese H1a, que previa que as experiências típicas de *timelessness* estivessem associadas a uma maior distorção na Experiência Temporal, foi confirmada. Isto significa que as distorções na experiência temporal, embora teorizadas como polos opostos num contínuo da experiência temporal (Loewald, 1972), tocam-se e relacionam-se. Para além disso, explorou-se mais a fundo a Hipótese H1a, ao se comparar os valores do TIQ em diferentes grupos de acordo com as experiências típicas de *timelessness*. Como foi referido, a maior diferença na distorção da Sucessão Temporal ocorre entre os indivíduos que relatam as duas experiências típicas de *timelessness* e os que relatem não ter passado por nenhuma, o que faz sentido tendo em conta a conceptualização de Mainemelis (2002) sobre os sentimentos de *suspensão* (“parado”) e *exterioridade* (“fora”) do tempo típicas das experiências de *timelessness*.

Por outro lado, na comparação de grupos, os valores da Sucessão Temporal eram mais baixos, indicando maior distorção, do que os valores da Integração Temporal. Esta observação dos resultados fez questionar se as distorções na Sucessão Temporal estariam mais associados a experiências de *timelessness* do que as distorções na Integração Temporal. Para se testar esta Hipótese, efetuaram-se novas correlações entre as escalas do TIQ e a experiência de já se ter sentido “parado” ou “fora” do tempo. Os resultados parecem confirmar a hipótese (Quadro 23): a Sucessão Temporal correlaciona-se de forma significativa com ambas as experiências típicas de *timelessness*, mas a Integração Temporal não. A associação entre estas duas vertentes de distorções na experiência temporal é uma exploração que ainda não está relatada na literatura, pelo que estes resultados não têm precedentes, mas poderiam ser alvo de estudos futuros, de modo a se compreender melhor as suas implicações.

5.1.2. Tempo, Arte, Religião e Misticismo

A Hipótese H1b, que previa que as experiências de *timelessness* se associassem a um maior contacto com experiências artísticas, religiosas ou místicas, foi parcialmente confirmada. A relação mais forte foi entre a Experiência Mística e sentir-se fora do tempo,

o que faz sentido, se forem tidos em conta, por exemplo, os estudos de Stace (1960) sobre o sentimento de transcendência do tempo na experiência mística.

Por outro lado, embora sem uma Hipótese específica, investigou-se a relação entre Sucessão e Integração Temporais e um maior ou menor contacto com experiências artísticas, religiosas ou místicas. Verificou-se a associação entre o contacto com a arte e um maior grau de distúrbio na Experiência Temporal, o que é concordante com o que foi postulado por Meissner (2007) sobre a experiência subjetiva do tempo mudar, em termos de velocidade, absorção, ligação com a linha temporal ou encapsulamento temporal nas atividades artísticas e de criatividade; e por Fuchs (2007), ao descrever distorções na Integração Temporal no caso de um músico. Também a relação entre a Experiência Temporal e o consumo de Substâncias vai no sentido da literatura segundo, por exemplo, o trabalho de Melges et al. (1970), ao estudar a relação entre a experiência temporal e a intoxicação por marijuana. Nestas relações, sobressai uma aparente contradição. Os distúrbios na experiência temporal associam-se tanto a aspetos como as experiências artísticas, criativas e místicas, experiências que revelam uma sensibilidade, um trabalho de intelecto e que têm como base uma componente profundamente humana; como a aspetos como o consumo de substâncias e a psicopatologia. No entanto, considerando que existem estudos sobre a relação entre a produção artística e a psicopatologia (Sass, 2001) e o consumo de substâncias (Wang, 2020), seria também interessante perceber que variáveis moderadoras estariam relacionadas com esta relação.

5.2. Experiência Temporal e Experiência Dissociativa

Outro dos focos mais importantes a explorar no presente estudo era a relação entre a Experiência Dissociativa e a Experiência Temporal, e de que modo a primeira era capaz de prever a segunda, tendo em conta os dois polos de distorção da Experiência Temporal (Sucessão e Integração; e *timelessness*) e as várias vertentes da Experiência Dissociativa.

A força associativa das correlações e a significância dos modelos de regressão entre as Experiências Temporal e Dissociativa permitiram confirmam a H2a, que previa que um maior Grau de Dissociação levasse a uma maior distorção da Experiência Temporal.

Os modelos com melhor ajustamento são aqueles em que o Grau de Dissociação explica as distorções na Sucessão Temporal, e não na Integração Temporal, ou seja, o Grau de Dissociação tem um impacto mais forte e mais significativo na Sucessão Temporal do que na Integração Temporal, o que poderá sugerir que a Experiência

Dissociativa afeta mais fatores da experiência temporal como a velocidade, repetição e continuidade; do que fatores como a progressão, contiguidade e antevisão. Esta relação parece espelhar aquilo que era apontado pela literatura, que indicava que estas distorções eram sintomas relativamente comuns em pacientes que sofriam de episódios dissociativos (McWilliams, 2011), embora a fraca relação com a Integração Temporal não fosse expectável, já que eram descritos fenómenos em que a perda da noção da continuidade de si, nas experiências dissociativas, levava a uma fragmentação da experiência temporal (Grinberg & Grinberg, 1981). Por outro lado, a Hipótese H2b, que prevê que um maior grau de Despersonalização/ desrealização levaria a um maior distúrbio da Experiência Temporal, foi parcialmente confirmada. Embora a sua correlação com a Experiência Temporal seja mais forte do que com as outras vertentes da Experiência Dissociativa, o seu modelo de regressão não explica melhor essas distorções do que as outras componentes da Experiência Dissociativa. No entanto, parece pertinente que esta relação continue a ser estudada, no sentido de perceber se faria sentido que algumas distorções na experiência temporal pudessem ser tidas em conta como um sintoma de Despersonalização, tal como proposto por Simeone et al. (2008) e Sierra e Berrios (2001).

Por fim, a Hipótese H2c, que previa que o extremo da população com maior sintomatologia dissociativa relevasse experiências temporais com maior distorção do que o extremo da população com menor sintomatologia dissociativa, foi confirmada, sendo que a maior diferença entre os grupos se verifica no resultado da escala de Sucessão, o que é congruente com as análises que se têm vindo a descrever.

Também a Hipótese H2d, que previa que a população que relevasse ter passado por experiências de *timelessness* apresentaria um maior Grau de Dissociação do que aquela que não tivesse passado por essas experiências, foi confirmada. Ou seja, os indivíduos que já se sentiram “parados” no tempo, “fora” do tempo, ou “parados e fora” do tempo apresentaram maior Grau de Dissociação no geral; maior grau de Despersonalização/ desrealização; maior grau de Absorção; e maior grau de Distratibilidade do que os indivíduos que nunca se sentiram “parados”, “fora” do tempo ou que nunca passaram por nenhuma dessas experiências, o que é congruente com aquilo que postulava Orgel (1965) sobre distúrbios de identidade levarem a experiências de suspensão no tempo, que podem ser entendidas como experiências de *timelessness*. Também o fator de *absorção* descrito nas experiências de *timelessness* (Arlow, 1986) pode ser uma possível explicação desta relação, já que é um fator principal também das Experiências Dissociativas. No geral, percebeu-se que a Experiência Dissociativa explica distorções na Sucessão Temporal, e

se associa a experiências de *timelessness*, mas não prediz tão bem distorções na Integração Temporal.

5.3. Experiência Temporal e Consciência e Coerência da NA

Outra das relações mais centrais a explorar na presente investigação é a relação entre a Consciência e Coerência da Narrativa Autobiográfica (NA) e a Experiência Temporal.

A força associativa das correlações e a significância dos modelos de regressão entre o Grau de Consciência e Coerência da NA e a Experiência Temporal permitiram confirmar a H3a, que previa que um maior Consciência e Coerência da NA levasse a uma maior distorção da Experiência Temporal.

Os modelos com melhor ajustamento são aqueles em que o Grau de Consciência e Coerência da NA explica as distorções na Integração Temporal, e não na Sucessão Temporal, ao contrário do que acontecia com o Grau de Dissociação, o que poderá sugerir que o Grau de Consciência e Coerência das NA afeta mais fatores da experiência temporal como a progressão, a contiguidade e a antevisão; do que fatores temporais como a velocidade, repetição e continuidade. Ou seja, a Coesão da NA estaria mais relacionada com questões como a orientação para o futuro e a relação entre os eventos, o que faz sentido, se for tida em conta a sua natureza histórica (McAdams, 2008), e a sua natureza de relação entre as três instâncias temporais (passado, presente e futuro) através da constante atualização de significados e desenvolvimento da história de vida (Fuchs, 2019). A correlação mais forte entre escalas é entre a Integração Temporal e a Coesão Causal, mais uma vez evidenciando a importância desses aspetos temporais para a construção de significados, de atribuir causalidade e de fazer sentido de uma narrativa. Como apresentado acima, as únicas correlações não significativas são ambas com a “Consciência da NA”, o que sugere que a Experiência Temporal está mais relacionada com questões de Coesão/ Coerência do que com questões da Consciência dessa NA.

Também a Hipótese H3b foi confirmada porque a Coesão Temporal parece predizer melhor a Experiência Temporal do que a Coerência das NA no geral, o que se assemelha ao que foi referido por Linde (1993), que afirmava que a ordem cronológica das experiências era um dos fatores fundamentais para o sentimento de coesão das narrativas.

Por fim, também a Hipótese H3c, que previa que o extremo da população com maior Grau de Consciência e Coerência da NA relevasse experiências temporais com maior distorção do que o extremo da população com menor grau, foi confirmada. Ou seja, o

grupo de indivíduos com maior Coesão da sua NA apresentava também menor grau de distorção da Experiência Temporal; e o grupo de indivíduos com menor Coesão da sua NA apresentava também maior grau de distorção da Experiência Temporal, tal como previsto pela íntima relação entre o tempo e a memória (Damásio, 2002; Fuchs, 2019; Mannino et al., 2017; Meissner, 2007). É a narrativa que integra as instâncias temporais, que confere significado às memórias e que situa o indivíduo no fluxo temporal. Assim, uma disrupção nessa coesão levaria também a uma disrupção no fluxo temporal.

A Hipótese H3d, que previa que a população que relevasse ter passado por experiências de *timelessness* apresentaria um menor Grau de Consciência e Coerência da NA do que aquela que não tivesse passado por elas, não foi confirmada. Tendo em conta que a Consciência e Coerência da NA explica distorções na Integração Temporal, mas não na Sucessão Temporal, e que a Integração Temporal não se relaciona significativamente com experiências de *timelessness*, esta é uma relação expectável. As possíveis implicações e explicações desta relação estão descritas mais à frente.

5.4. Experiência Dissociativa e Consciência e Coerência da NA

Por fim, procurou explorar-se a relação entre a Experiência Dissociativa e a Consciência e Coerência da Narrativa Autobiográfica. A Hipótese H4a, que previa que uma maior Coesão das Memórias Autobiográficas estivesse associada a um menor Grau de Dissociação, não foi confirmada. Níveis mais baixos de Consciência e Coerência da NA associaram-se apenas a níveis mais elevados de Perturbações de Memória (Experiências Dissociativas), o que se pode explicar pela relevância da Memória na construção das NA. No entanto, nenhuma das outras escalas se correlacionava de forma significativa, não se podendo tirar mais conclusões sobre a relação entre estas variáveis.

Finalmente, uma menor Coesão da NA associava-se mais ao consumo de substâncias, que vai no sentido expectável. De resto, o Grau de Dissociação estava associado a níveis mais elevados de presença de Psicopatologia, o que faz sentido, tendo em conta que a Dissociação pode atingir níveis patológicos; e ao Contacto com a Arte.

5.5. Principais Conclusões

As principais conclusões deste estudo prendem-se com a caracterização das distorções na experiência temporal; e da sua relação com a dissociação e a coesão das

memórias autobiográficas. A experiência de *timelessness* estava associada exclusivamente a distorções na Sucessão Temporal, e não a distorções na Integração Temporal. Por outro lado, a Experiência Dissociativa estava associada apenas às experiências de *timelessness* e explicava melhor distorções na Sucessão Temporal; e a Coerência da NA explicava melhor distorções na Integração Temporal.

Esta relação está em concordância com a literatura, se se considerar que experiências normativas de dissociação estão associadas à falta de integração normal dos pensamentos, afetos e experiências (Konuk et al., 2007) e a sensações de distanciamento em relação ao comportamento, afetos ou sensações (McWilliams, 2011), isto é, a sensações vividas como experiências pontuais, situadas e focadas num determinado intervalo de tempo, momentâneas e específicas; e que experiências de *timelessness* se caracterizam justamente por essa natureza instantânea, de imersão no presente, referente a um momento particular, único, do instante (Arlow, 1894; Hägglund, 2001; Mainemelis, 2002; Orgel, 1965). Do mesmo modo, as distorções na Sucessão Temporal são relativas a fatores temporais como a velocidade, repetição e continuidade, isto é, à experiência do tempo sentido como passando mais rápido ou mais devagar ou com a desordenação dos eventos (Drakulić et al., 2003). Continuam a ser fatores focados na experiência do momento, por exemplo, na dificuldade em distinguir o que está a acontecer do que é provável que aconteça (Melges et al., 1970), não saber o que veio antes, num sentido de desordenação temporal (Spiegel & Cardeña, 1991) ou em diferentes percepções da velocidade da passagem do tempo, como em ilusões temporais (Zakay, 2012).

Por outro lado, a Coesão das Narrativas Autobiográficas é um fator de organização temporal mais global, referente a um tempo muito mais lato e não focado no instante, tal como proposto pelo modelo de Conway e Pleydell-Pearce (2000), que postulava que as diferentes camadas de conhecimento autobiográfico eram conceptualizadas através de períodos de vida ou de eventos, gerais ou específicos, todos focados num tempo organizador geral, e não na experiência do instante. Assim, faz sentido que a falta de Coesão provoque distorções ao nível da Integração Temporal, isto é, ao nível da *fragmentação* temporal, da dificuldade em reter, coordenar e ordenar memórias e percepções (Melges, 1970); da ausência de continuidade, causalidade e relação entre vivências que possibilitasse a coesão de um todo distintivo (Vogelely & Kupke, 2007).

Coloca-se, então, a hipótese explicativa de os distúrbios dissociativos perturbarem a temporalidade do momento imediato e distúrbios na coesão das narrativas autobiográficas perturbarem o paradigma temporal global, histórico ou integrativo.

Esta relação pode ainda ser compreendida à luz da nova hipótese colocada no início da discussão: se a Sucessão Temporal se correlaciona de forma significativa com as experiências típicas de *timelessness*, mas a Integração Temporal não, é expectável que uma variável (Experiência Dissociativa) se associe à experiência de *timelessness* e explique melhor distúrbios na Sucessão Temporal; e que a outra (Coesão da NA) explique melhor distúrbios na Integração Temporal, não associando a experiências de *timelessness*.

5.6. Limitações do Estudo

A presente investigação apresenta várias limitações. Uma das mais pertinentes diz respeito à experiência de *timelessness*. Toda a análise que pretendia estudar esta variável foi feita através de duas perguntas do Questionário Sociodemográfico, se o participante já se tinha sentido “parado” ou “fora” do tempo, por serem os sintomas mais descritos na literatura. No entanto, podendo ser sintomas que estão associados a outras experiências que não de *timelessness* e não sendo uma medida psicométrica, um estudo mais rigoroso teria sido feito com um instrumento que medisse a experiência de *timelessness*. No entanto, não existiam instrumentos na literatura desenhados especificamente para estudar este tipo de experiências, pelo que se optou por as caracterizar desta maneira, para que se pudesse incluir o fenómeno no estudo.

5.7. Pistas para Futuras Investigações

Para futuras investigações, seria interessante fazer um estudo das distorções da Experiência Temporal com população clínica, nomeadamente com população com Perturbações Dissociativas. Para além dos estudos quantitativos, seria interessante fazer também estudos qualitativos que ajudassem a caracterizar estas distorções e a sua relação com as várias dimensões da Experiência Dissociativa patológica, através do testemunho destes indivíduos, de modo a poder entender melhor esta patologia.

Na tentativa de compreender a maneira como os indivíduos com níveis patológicos de Experiência Dissociativa viviam a temporalidade, avaliaram-se as respostas de dois participantes da amostra que relataram ter sido diagnosticados com Perturbação Dissociativa da Personalidade. Estes dois participantes relataram ter contacto regular com experiências artísticas e de oração ou meditação, embora apenas um deles tivesse relatado ter passado por experiências místicas e ter um contacto regular com experiências

psicotrópicas. Ambos disseram ter-se sentido parados e fora do tempo, o que pode sugerir que já que tenham passado por experiências de *timelessness*. Por fim, relativamente aos valores médios da amostra, revelaram ambos distorções acentuadas na Experiência Temporal e resultados especialmente baixos na Sucessão Temporal, o que é consistente com aquilo que foi sendo discutido ao longo das análises de resultados.

Revelaram também, ao contrário daquilo que mostrou a análise de dados, uma Coesão da NA muito mais baixa do que a média, o que pode sugerir que essa Coesão não é afetada em experiências de dissociação normativas, mas que a Dissociação Patológica afeta a Coesão/ Coerência das Narrativas Autobiográficas.

Por fim, como seria de esperar, obtiveram níveis muito mais elevados na Experiência Dissociativa do que a média dos participantes, com resultados acima dos 3 pontos o que, segundo as normas do DES, indica níveis de dissociação. Esta análise sugere a significância da relação entre dissociação e distorções na Experiência Temporal, pelo que deve continuar a ser um tema alvo de estudo no futuro.

Para além disso, no geral, a direccionalidade explicativa foi teorizada do ser para o tempo, e não do tempo para o ser, utilizando as palavras de Heidegger. Ou seja, teorizou-se que experiências dissociativas e concepções menos coesas de identidade ou da NA levariam a experiências temporais mais descontínuas ou fragmentadas, isto é, que quebras na continuidade de si (Boschan, 1990) levariam a quebras na experiência do fluxo temporal (Lacan, 1949/2005). Mas a relação poderia ter sido conceptualizada no sentido oposto. Aliás, estas variáveis aparecem descritas na literatura como sendo bidireccionais. Desta forma, também a organização temporal diferente, descontínua, infinita, dilatada, contraída ou a simples não correspondência dos tempos objetivo e subjetivo (Zakay, 2016) poderia contribuir para diferentes construções identitárias, tanto ao nível da dissociação (Grinberg & Grinberg, 1981), como ao nível da concepção identitária através das NA (Meissner, 2007). Poderiam ser a falha do movimento psíquico entre as várias instâncias temporais (Bergson, 1989/1991), a incapacidade de reconceptualizar o passado à luz do presente (McAdams, 2008), fenómenos de fixação temporais (Lichtenstein, 1974) ou experiências de um presente eterno (Mainemelis, 2002) a alterar os processos identitários do indivíduo, a descontinuar o seu sentido de self, a impedir a mudança necessária para a sua evolução e crescimento, ou a impedir a coesão de uma NA.

Como dizia Arlow (1990, p.141) “the self is a time bound concept”, self e tempo não podem ser dissociados. Assim, seria também interessante tentar perceber esta interação no sentido oposto.

Referências Bibliográficas

Achtner, W. (2009). Time, Eternity, and Trinity. *Neue Zeitschrift Für Systematische Theologie Und Religionsphilosophie*, 51(3) 268-288. doi:10.1515/nzst.2009.019

Adler, J., Beutel, M. E., Knebel, A., Berti, S., Unterrainer, J., & Michal, M. (2014). Altered orientation of spatial attention in depersonalization disorder. *Psychiatry research*, 216(2), 230-235. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2014.02.021>.

Agostinho, S. (2017). *Confissões* (1st ed.). Penguin-Companhia.

Albert, L. (Host). (2017, Julho 20). Eatin' kids & Killin' dads, an introduction to Greek Mythology (No. 1) [Audio Podcast Episode]. In *Let's Talk about Myths Baby*. Spotify.

Anagnostopoulos, F., & Griva, F. (2012). Exploring time perspective in Greek young adults: Validation of the Zimbardo Time Perspective Inventory and relationships with mental health indicators. *Social indicators research*, 106(1). <https://doi.org/41-59.10.1007/s11205-011-9792-y>.

Arlow, J. A. (1984). Disturbances of the sense of time with special reference to the experience of timelessness. *The Psychoanalytic Quarterly*, 53(1), 13-37. <https://doi.org/10.1080/21674086.1984.11927060>.

Arlow, J. A. (1986). Psychoanalysis and time. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 34(3), 507-528. <https://doi.org/10.1177/000306518603400301>.

Arlow, J. A. (1990). Emotion, time, and the self. In R. Plutchik & H. Kellerman (Eds) *Emotion, Psychopathology, and Psychotherapy* (pp. 133-146). Academic Press. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-558705-1.50012-9>.

Armour, C., Contractor, A. A., Palmieri, P. A., & Elhai, J. D. (2014). Assessing latent level associations between PTSD and dissociative factors: Is depersonalization and derealization related to PTSD factors more so than alternative dissociative factors?. *Psychological Injury and Law*, 7(2), 131-142. <https://doi.org/10.1007/s12207-014-9196-9>.

Augustine, S., & Chadwick, H. (2009). *Confessions (Oxford World's Classics)* (1st ed.). Oxford University Press.

Bach, S. (2001). On being forgotten and forgetting one's self. *The Psychoanalytic Quarterly*, 70(4), 739-756. <https://doi.org/10.1002/j.2167-4086.2001.tb00619.x>.

Balci, F. (2014). Interval Timing, Dopamine, and Motivation. *Timing & Time Perception*, 2(3), 379–410. <https://doi.org/10.1163/22134468-00002035>

Baños, R., Botella, C., Garcia-Palacios, A., Villa, H., Perpiñá, C., & Gallardo, M. (1999). Psychological variables and reality judgment in virtual environments: the roles of absorption and dissociation. *CyberPsychology & Behavior*, 2(2), 143-148. <https://doi.org/10.1089/cpb.1999.2.143>.

Bassett, S. S., & Folstein, M. F. (1993). Memory complaint, memory performance, and psychiatric diagnosis: a community study. *Journal of geriatric psychiatry and neurology*, 6(2), 105-111. <https://doi.org/10.1177/089198879300600207>.

Becker, J. (2004). *Deep listeners: Music, emotion, and trancing* (Vol. 2). Indiana University Press.

Becker-Blease, K. A. (2004). Dissociative states through new age and electronic trance music. *Journal of trauma & dissociation*, 5(2), 89-100. https://doi.org/10.1300/J229v05n02_05.

Bergson, H. (1896/1991). *Matter and memory* (Revised ed.). Zone Books.

Bergson, H. (1907/1944). *Creative Evolution* (B. A. Cerf, D. S. Clopper, & R. K. Haas, Eds.; The Modern Library ed.). Random House.

Bergson, H. (1908/2002) Memory of the Present and False Recognition. In K.A. Pearson & J. Mullarkey (Eds.) *Henri Bergson: Key Writings* (pp. 141-157). Continuum.

Berkovich-Ohana, A., Wittmann, M. (2017). A typology of altered states according to the consciousness state space (CSS) model: a special reference to subjective time. *Journal of Consciousness Studies*, 24(3-4), 37-61.

Bernstein, E. M., & Putnam, F. W. (1986). Development, reliability, and validity of a dissociation scale. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 174(12), 727-735. <https://doi.org/10.1097/00005053-198612000-00004>.

Birksted-Breen, D. (2003). Time and the après-coup. *The International Journal of Psychoanalysis*, 84(6), 1501-1515. <https://doi.org/10.1516/1DM9-6X63-248B-U5F6>.

Bistoën, G., Vanheule, S., & Craps, S. (2014). Nachträglichkeit: A Freudian perspective on delayed traumatic reactions. *Theory & Psychology*, 24(5), 668-687.

Blackburn, S. (2005). *The Oxford dictionary of philosophy*. OUP Oxford.

Block, R. A., & Reed, M. A. (1978). Remembered duration: Evidence for a contextual-change hypothesis. *Journal of Experimental psychology: Human Learning and memory*, 4(6), 656. <https://doi.org/10.1177/0959354314530812>.

Block, R. A., & Zakay, D. (1997). Prospective and retrospective duration judgments: A meta-analytic review. *Psychonomic bulletin & review*, *4*(2), 184-197. <https://doi.org/10.3758/BF03209393>.

Boschan, P. J. (1990). Temporality and narcissism. *International review of psychoanalysis*, *17*, 337-349.

Braun, B. G. (1988). The BASK model of dissociation. *Dissociation: Progress in the Dissociative Disorders*, *1*(1), 4-23.

Brazelton, B. T., & Cramer, B. G. (1991). Essentials of early interaction. In *The earliest relationship: parents, infants, and the drama of early attachment* (Reprint ed., pp. 121–128). Karnac Books.

Briere, J., Weathers, F. W., & Runtz, M. (2005). Is dissociation a multidimensional construct? Data from the Multiscale Dissociation Inventory. *Journal of Traumatic Stress: Official Publication of the International Society for Traumatic Stress Studies*, *18*(3), 221-231. <https://doi.org/10.1002/jts.20024>.

Bronfenbrenner, U. (1995). Developmental ecology through space and time: A future perspective. In P. Moen, G. H. Elder, Jr., & K. Lüscher (Eds.), *Examining lives in context: Perspectives on the ecology of human development* (pp. 619–647). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10176-018>.

Buetti, S., & Lleras, A. (2016). Distractibility is a function of engagement, not task difficulty: Evidence from a new oculomotor capture paradigm. *Journal of Experimental Psychology: General*, *145*(10), 1382. <https://doi.org/10.1037/xge0000213>.

Buzsáki, G., & Llinás, R. (2017). Space and time in the brain. *Science*, *358*(6362), 482-485. <https://doi.org/10.1126/science.aan8869>.

Cambridge University Press. (n.d.). *Tradutor de Cambridge | Inglês Português*. Cambridge Dictionary. Retrieved March 30, 2021, from <https://dictionary.cambridge.org/pt/translate/>.

Cammell, P. (2014). Temporality 2: The relevance of the Heideggerian concept of time to the treatment of borderline conditions. *Language and Psychoanalysis*, *3*(2), 22-39. <http://doi.org/10.7565/landp.2014.007>.

Campbell, J. (2007). Time, affect and the unconscious. In *Psychoanalysis and the time of life: Durations of the unconscious self* (pp. 41-69). Routledge.

Capaldi, E. J. (2003). Animal memory and cognition. In I. B. Weiner (Ed.), *Handbook of Psychology* (Vol. 4 - Experimental Psychology, pp. 399–422). John Wiley & Sons, Inc.

Carleton, R. N., Peluso, D. L., Abrams, M. P., & Asmundson, G. J. (2012). Absorption, Dissociation, and Posttraumatic Stress: Differential Associations Among Constructs and Symptom Clusters. *Sleep and Hypnosis, 14*, 1-2.

Çevik, M. Ö. (2003). Effects of methamphetamine on duration discrimination. *Behavioral Neuroscience, 117*(4), 774–784. <https://doi.org/10.1037/0735-7044.117.4.774>.

Charbonneau, J., & O'Connor, K. (1999). Depersonalization in a non-clinical sample. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy, 27*(4), 377-381. <https://doi.org/10.1017/S1352465899000910>.

Chefetz, R. A., & Bromberg, P. M. (2004). Talking with “me” and “not-me”: A dialogue. *Contemporary Psychoanalysis, 40*(3), 409-464. <https://doi.org/10.1080/00107530.2004.10745840>.

Cohen, J. (1992). A power primer. *Psychological bulletin, 112*(1), 155. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.112.1.155>.

Colarusso, C. A. (1979). The development of time sense — from birth to object constancy. *International Journal of Psycho-Analysis, 60*, 243-251.

Colarusso, C. A. (1987). The development of time sense: From object constancy to adolescence. *Journal of the American Psychoanalytic Association, 35*(1), 119-144. <https://doi.org/10.1177/000306518703500106>.

Conway, M. A. (2005). Memory and the self. *Journal of memory and language, 53*(4), 594-628. <https://doi.org/10.1016/j.jml.2005.08.005>.

Conway, M. A., & Pleydell-Pearce, C. W. (2000). The construction of autobiographical memories in the self-memory system. *Psychological review, 107*(2), 261. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.107.2.261>.

Conway, M. A., Singer, J. A., & Tagini, A. (2004). The self and autobiographical memory: Correspondence and coherence. *Social cognition, 22*(5: Special issue), 491-529. <https://doi.org/10.1521/soco.22.5.491.50768>.

Coull, J. T., Cheng, R. K., & Meck, W. H. (2011). Neuroanatomical and neurochemical substrates of timing. *Neuropsychopharmacology, 36*(1), 3-25. <https://doi.org/10.1038/npp.2010.113>.

Cournut, J. (1999). The meaning of deferred action *Report from France: Deferred action. Journal of the American Psychoanalytic Association, 47*, 213-225.

Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: The psychology of optimal experience*. Harper & Row.

Daan, S., Merrow, M., & Roenneberg, T. (2002). External time-internal time. *Journal of Biological Rhythms*, 17(2), 107-109. <https://doi.org/10.1177/074873002129002375>.

Dalenberg, C. J., & Paulson, K. (2009). *The case for the study of "normal" dissociation processes*. In P. F. Dell & J. A. O'Neil (Eds.), *Dissociation and the dissociative disorders: DSM-V and beyond* (pp. 145–154). Routledge/Taylor & Francis Group.

Damasio, A. R. (1999). *The feeling of what happens: Body and emotion in the making of consciousness*. Houghton Mifflin Harcourt.

Damásio, A. R. (2002). Remembering when. *Scientific American*, 287(3), 66-73. <https://doi.org/10.1038/scientificamerican0902-66>.

Dell, P. F. (2006). A new model of dissociative identity disorder. *Psychiatric Clinics*, 29(1), 1-26. <https://doi.org/10.1016/j.psc.2005.10.013>.

Denis, A. (1995). Temporality and Modes of Language. *International Journal of Psycho-Analysis*, 76,1109–1119.

Denker, A. (2000). *Historical Dictionary of Heidegger's Philosophy*. Scarecrow Press.

Dewe, H., Watson, D. G., Kessler, K., & Braithwaite, J. J. (2018). The depersonalized brain: New evidence supporting a distinction between depersonalization and derealization from discrete patterns of autonomic suppression observed in a non-clinical sample. *Consciousness and cognition*, 63, 29-46. <https://doi.org/10.1016/j.concog.2018.06.008>.

Dorahay, M. J., Brand, B. L., Şar, V., Krüger, C., Stavropoulos, P., Martínez-Taboas, A., Lewis-Fernández, R., Middleton, W. (2014). A new model of dissociative identity disorder. *Psychiatric Clinics*, 29(1), 1-26. <https://doi.org/10.1177/0004867414527523>.

Drakulić, B., Tenjović, L., & Lečić-Toševski, D. (2003). Time Integration Questionnaire. Construction and empirical validation of a new instrument for the assessment of subjective time experience. *European Journal of Psychological Assessment*, 19(2), 101. <https://doi.org/10.1027/1015-5759.19.2.101>.

Eagleman, D. M. (2008). Human time perception and its illusions. *Current opinion in neurobiology*, 18(2), 131-136. <https://doi.org/10.1016/j.conb.2008.06.002>.

Earman, J., & Gale, R. M. (1999). *Time* In R. Audi (Ed.) *The Cambridge dictionary of philosophy* (2nd Edition, pp. 920-922). Cambridge: Cambridge university press.

Eisen, M. L., & Carlson, E. B. (1998). Individual differences in suggestibility: Examining the influence of dissociation, absorption, and a history of childhood abuse. *Applied Cognitive Psychology: The Official Journal of the Society for Applied Research in Memory and Cognition*, *12*(7), S47-S61. [https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1099-0720\(199812\)12:7<S47::AID-ACP598>3.0.CO;2-P](https://doi.org/10.1002/(SICI)1099-0720(199812)12:7<S47::AID-ACP598>3.0.CO;2-P)

Elahi, A., Algorta, G. P., Varese, F., McIntyre, J. C., & Bentall, R. P. (2017). Do paranoid delusions exist on a continuum with subclinical paranoia? A multi-method taxometric study. *Schizophrenia Research*, *190*, 77-81. <https://doi.org/10.1016/j.schres.2017.03.022>.

Erikson, E. H. (1950) Eight ages of man. In *Childhood and Society* (222-247). Paladin Books.

Erikson, E. H. (1956). The Problem of Ego Identity. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, *4*(1), 56-121. <https://doi.org/10.1177/000306515600400104>.

Espirito Santo, H., & Abreu, J. L. P. (2009). Portuguese validation of the dissociative experiences scale (DES). *Journal of trauma & dissociation*, *10*(1), 69-82. <https://doi.org/10.1080/15299730802485177>.

Facco, E., Mendozzi, L., Bona, A., Motta, A., Garegnani, M., Costantini, I., Dipasqualed, O., Cecconi, P., Menotti, R., Coscioli, E., Lipari, S. (2019). Dissociative identity as a continuum from healthy mind to psychiatric disorders: Epistemological and neurophenomenological implications approached through hypnosis. *Medical hypotheses*, *130*, 109274. <https://doi.org/10.1016/j.mehy.2019.109274>.

Faimberg, H. (1998/2012). Nachträglichkeit and Winnicott's 'Fear of Breakdown'. In J. Abram (Ed.), *Donald Winnicott today* (pp. 205-212). Routledge.

Fassler, O., Knox, J., & Lynn, S. J. (2006). The Iowa sleep experiences survey: hypnotizability, absorption, and dissociation. *Personality and Individual Differences*, *41*(4), 675-684. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2006.03.007>.

Ferreira, A. I. (2020). When Time Flies: How Timelessness Determines Creative Process Engagement. *Creativity Research Journal*, 1-11. <https://doi.org/10.1080/10400419.2020.1849486>.

Freeman, A. M., & Melges, F. T. (1977). Depersonalization and temporal disintegration in acute mental illness. *The American journal of psychiatry*, *134*(6), 679-681. <https://doi.org/10.1176/ajp.134.6.679>.

Freeman, A. M., & Melges, F. T. (1978). Temporal disorganization, depersonalization, and persecutory ideation in acute mental illness. *The American journal of psychiatry*. <https://doi.org/10.1176/ajp.135.1.123>.

Freud, S. (1895/1981). The Hysterical Proton Pseudos. In James Strachey (Tr.), *The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud, Volume I (1886-1899): Pre-Psycho-Analytic Publications and Unpublished Drafts* (Revisited ed., pp. 352-355). The Hogarth Press.

Freud, S. (1942/2009). *A interpretação dos sonhos*. Relógio d'Água.

Fuchs, T. (2001). Melancholia as a desynchronization: towards a psychopathology of interpersonal time. *Psychopathology*, *34*(4), 179-186. <https://doi.org/10.1159/000049304>.

Fuchs, T. (2007). The temporal structure of intentionality and its disturbance in schizophrenia. *Psychopathology*, *40*(4), 229-235. <https://doi.org/10.1159/000101365>.

Fuchs, T. (2019). The Experience of Time and its disorders. In G. Stanghellini, M. R. Broome, A. V. Fernandez, P. Fusar-Poli, A. Raballo, R. Rosfort (Eds.), *The Oxford Handbook of Phenomenological Psychopathology* (pp. 431-441). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780198803157.013.48>.

G. R. VandenBos (Ed.). (2007). *APA Dictionary of Psychology*. American Psychological Association.

Ghaderi, A. H. (2019). Heat transfer, entropy and time perception: Toward finding a possible relation between subjective and objective time. *Medical hypotheses*, *122*, 172-175. <https://doi.org/10.1016/j.mehy.2018.11.018>.

Giesbrecht, T., Lynn, S. J., Lilienfeld, S. O., & Merckelbach, H. (2008). Cognitive processes in dissociation: an analysis of core theoretical assumptions. *Psychological bulletin*, *134*(5), 617. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.134.5.617>.

Gondar, J. (2006). Winnicott, Bergson, Lacan: tempo e psicanálise. *Ágora: Estudos em Teoria Psicanalítica*, *9*(1), 103-117. <https://doi.org/10.1590/S1516-14982006000100008>.

Green, A. (2009). From the ignorance of time to the murder of time. From the murder of time to the misrecognition of temporality in psychoanalysis. In Canestri, J., & Fiorini, L. G. (Eds.), *The experience of time: Psychoanalytic perspectives* (pp.1-20). Routledge.

Greg, G. S. (2006). The raw and the bland: a structural model of narrative identity. In D. P. McAdams, R. Josselson & A. Lieblich (Eds.), *Identity and Story: Creating Self in Narrative* (pp. 63-89). American Psychological Association.

Grinberg, L., & Grinberg, R. (1981). Modalities of object relationships in the psychoanalytic process. *Contemporary Psychoanalysis*, 17(2), 290-320. <https://doi.org/10.1080/00107530.1981.10745665>.

Guralnik, O., Giesbrecht, T., Knutelska, M., Sirroff, B., & Simeon, D. (2007). Cognitive functioning in depersonalization disorder. *The Journal of nervous and mental disease*, 195(12), 983-988. <https://doi.org/10.1097/NMD.0b013e31815c19cd>.

H. J. Birx (Ed.). (2009). *Encyclopedia of time: Science, philosophy, theology, & culture* (Vol. 3). Sage.

Habermas, T. (2012). Identity, emotion, and the social matrix of autobiographical memory: A psychoanalytic narrative view. In D. Berntsen & D. C. Rubin (Eds.), *Understanding autobiographical memory: Theories and approaches* (p. 33–53). Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9781139021937.005>.

Hägglund, T. B. (2001). Timelessness as a positive and negative experience. *The Scandinavian Psychoanalytic Review*, 24(2), 83-92. <https://doi.org/10.1080/01062301.2001.10592620>.

Hale, C. S. (1993). Time dimensions and the subjective experience of time. *Journal of humanistic psychology*, 33(1), 88-105. <https://doi.org/10.1177/0022167893331006>.

Hallford, D. J., & Mellor, D. (2017). Development and validation of the Awareness of Narrative Identity Questionnaire (ANIQ). *Assessment*, 24(3), 399-413. <https://doi.org/10.1177/1073191115607046>.

Hallford, D. J., Fava, N. J., & Mellor, D. (2018). Time perspective, awareness of narrative identity, and the perceived coherence of past experiences among adults. *Journal of Individual Differences*. <https://doi.org/10.1027/1614-0001/a000275>.

Hambleton, R. K., & Patsula, L. (1999). Increasing the validity of adapted tests: Myths to be avoided and guidelines for improving test adaptation practices. *Journal of Applied Testing Technology*. Published.

Harner, L. (1976). Children's understanding of linguistic reference to past and future. *Journal of psycholinguistic research*, 5(1), 65-84. <https://doi.org/10.1007/BF01067949>.

Hartocollis, P. (1983). *Time and timelessness: A psychoanalytic inquiry into the varieties of temporal experience*. International Universities Press.

Hartocollis, P. (2003). Time and the psychoanalytic situation. *The Psychoanalytic Quarterly*, 72(4), 939-957. <https://doi.org/10.1002/j.2167-4086.2003.tb00145.x>.

Haslam, N., Holland, E., & Kuppens, P. (2012). Categories versus dimensions in personality and psychopathology: a quantitative review of taxometric research. *Psychological medicine*, *42*(5), 903. <https://doi.org/10.1017/s0033291711001966>.

Hellström, C., & Carlsson, S. G. (1996). The long-lasting now: Disorganization in subjective time in long-standing pain. *Scandinavian journal of psychology*, *37*(4), 416-423. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9450.1996.tb00673.x>.

Hellström, C., & Carlsson, S. G. (1997). Busy with pain: disorganization in subjective time in experimental pain. *European Journal of Pain*, *1*(2), 133-139. [https://doi.org/10.1016/S1090-3801\(97\)90071-9](https://doi.org/10.1016/S1090-3801(97)90071-9).

Hills, P., & Argyle, M. (1998). Musical and religious experiences and their relationship to happiness. *Personality and Individual Differences*, *25*(1), 91-102. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(98\)00004-X](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(98)00004-X).

Holman, E. A., & Silver, R. C. (1998). Getting" stuck" in the past: temporal orientation and coping with trauma. *Journal of personality and social psychology*, *74*(5), 1146. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.74.5.1146>.

Hornik, J. (1984). Subjective vs. objective time measures: A note on the perception of time in consumer behavior. *Journal of consumer research*, *11*(1), 615-618. <https://doi.org/10.1086/208998>.

International Test Commission. (2017). *The ITC Guidelines for Translating and Adapting Tests (Second edition)*.

Jacobson, E. (1959). Depersonalization. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, *7*(4), 581-610. <https://doi.org/10.1177/000306515900700401>.

James, W. (1890/2007). *The principles of psychology* (Vols. 1, 2). Harvard University Press.

Jaspers, K. (1963). *General Psychopathology*. Manchester University Press.

Jeanrie, C., & Bertrand, R. (1999). Translating tests with the International Test Commission's guidelines: Keeping validity in mind. *European Journal of Psychological Assessment*, *15*(3), 277. <https://doi.org/10.1027/1015-5759.15.3.277>.

Johnson, A. (2003). Procedural memory and skill acquisition. In I. B. Weiner (Ed.), *Handbook of Psychology* (Vol. 4 - Experimental Psychology, pp. 499–523). John Wiley & Sons, Inc.

Jones, S. (2009). "At the still point": TS Eliot, Dance, and Modernism. *Dance Research Journal*, *41*(2), 31-51.

Kagan, J. (1979). The form of early development: Continuity and discontinuity in emergent competences. *Archives of General Psychiatry*, 36(10), 1047-1054. <https://doi.org/10.1001/archpsyc.1979.01780100017001>.

Kenna, J. C., & Sedman, G. (1964). The subjective experience of time during lysergic acid diethylamide (LSD-25) intoxication. *Psychopharmacologia*, 5(4), 280-288. <https://doi.org/10.1007/bf02341260>.

Kerpelman, J. L., & Mosher, L. S. (2004). Rural African American adolescents' future orientation: The importance of self-efficacy, control and responsibility, and identity development. *Identity*, 4(2), 187-208. https://doi.org/10.1207/s1532706xid0402_5.

Kihlstrom, J. F., Glisky, M. L., & Angiulo, M. J. (1994). Dissociative tendencies and dissociative disorders. *Journal of Abnormal Psychology*, 103(1), 117. <https://doi.org/10.1037/0021-843X.103.1.117>.

Kindt, M., & Van den Hout, M. (2003). Dissociation and memory fragmentation: Experimental effects on meta-memory but not on actual memory performance. *Behaviour Research and Therapy*, 41(2), 167-178. [https://doi.org/10.1016/S0005-7967\(01\)00135-8](https://doi.org/10.1016/S0005-7967(01)00135-8).

Kindt, M., Van den Hout, M., & Buck, N. (2005). Dissociation related to subjective memory fragmentation and intrusions but not to objective memory disturbances. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 36(1), 43-59. <https://doi.org/10.1016/j.jbtep.2004.11.005>.

Kirstein, L., & Bukberg, J. (1979). Temporal disorganization and primary affective disorder. *The American journal of psychiatry*, 136(10), 1313-1316. <https://doi.org/10.1176/ajp.136.10.1313>.

Klein, M. (1946). Notes on some schizoid mechanisms. *International Journal of Psycho-Analysis*, 27, 99-110.

Kluft, R. P. (1996). Dissociative identity disorder. In *Handbook of dissociation* (pp. 337-366). Springer, Boston, MA.

Konuk, N., Koca, R., Atik, L., Muhtar, S., Atasoy, N., & Bostanci, B. (2007). Psychopathology, depression and dissociative experiences in patients with lichen simplex chronicus. *General hospital psychiatry*, 29(3), 232-235. <https://doi.org/10.1016/j.genhosppsy.2007.01.006>.

Koriat, A., & Goldsmith, M. (1996). Memory metaphors and the real-life/laboratory controversy: Correspondence versus storehouse conceptions of memory. *Behavioral and Brain Sciences*, 19(2), 167-188. <https://doi.org/10.1017/S0140525X00042254>.

Krueger, R. F., Kotov, R., Watson, D., Forbes D. M., Eaton, N. R., Ruggero, C. J., Simms, L. J, Widiger, T. A., Achenbach, T. M., Bach, B., Bagby, R. M., Bornovalova, M. A., Carpenter, W., T., Chmielewski, M., Cicero, D. C., Clark, L. A., Conway, C., DeClercq, B., DeYoung, C. G., Docherty, A. R., Deislane, L. E., ... Zimmermann, J. (2018). Progress in achieving quantitative classification of psychopathology. *World Psychiatry*, 17(3), 282-293. <https://doi.org/10.1002/wps.20566>.

Lacan, J. (1945/2005). Logical time and the assertion of anticipated certainty. In *Écrits: The First Complete Edition in English* (pp. 161-175), WW Norton & Company.

Lacan, J. (1949/2005). The Mirror Stage as Formative of the I Function. In *Écrits: The First Complete Edition in English* (pp. 75-81), WW Norton & Company.

Lacan, J. (1953/2005). The Function and Field of Speech and Language in Psychoanalysis. In *Écrits: The First Complete Edition in English* (pp. 197-268), WW Norton & Company.

Lacan, J. (1964/2005). Position of the Unconscious. In *Écrits: The First Complete Edition in English* (pp. 703-721). WW Norton & Company.

Laghi, F., Baiocco, R., Liga, F., Guarino, A., & Baumgartner, E. (2013). Identity status differences among Italian adolescents: Associations with time perspective. *Children and Youth Services Review*, 35(3), 482-487. <https://doi.org/10.1016/j.chilyouth.2012.12.018>.

Lazar, A., & Kravetz, S. (2005). Responses to the Mystical Scale by Religious Jewish Persons: A Comparison of Structural Models of Mystical Experience. *The International Journal for the Psychology of Religion*, 15(1), 51-61. https://doi.org/10.1207/s15327582ijpr1501_4.

Lemche, E., Surguladze, S. A., Brammer, M. J., Phillips, M. L., Sierra, M., David, A. S., Williams, S. C. R., & Giampietro, V. P. (2016). Dissociable brain correlates for depression, anxiety, dissociation, and somatization in depersonalization-derealization disorder. *CNS spectrums*, 21(1), 35-42. <https://doi.org/10.1017/S1092852913000588>.

Levine, H. B. (2009). Time and timelessness: Inscription and representation. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 57(2), 333-355. <https://doi.org/10.1177/0003065109336115>.

- Lichtenstein, H. (1974). Some Considerations regarding the Phenomenology of the Repetition Compulsion and the Death Instinct. *Annual of Psychoanalysis*, 2, 63–84.
- Linde, C. (1993). *Life Stories: The Creation of Coherence*. Oxford University Press.
- Loewald, H. W. (1972). The experience of time. *The psychoanalytic study of the child*, 27(1), 401-410.
- Loewenstein, R. J. (2018). Dissociation debates: Everything you know is wrong. *Dialogues in clinical neuroscience*, 20(3), 229. <https://doi.org/10.31887/DCNS.2018.20.3/rloewenstein>.
- Lourenço, O. M. (2002). *Psicologia do desenvolvimento cognitivo: Teoria, dados e implicações* (2nd ed.). Almedina.
- Mahler, M. S. (1972). On the first three subphases of the separation-individuation process. *International Journal of Psycho-Analysis*, 53, 333-338.
- Mahler, M. S. (1974). Symbiosis and individuation: The psychological birth of the human infant. *The psychoanalytic study of the child*, 29(1), 89-106. <https://doi.org/10.1080/00797308.1974.11822615>.
- Mainemelis, C. (2001). When the muse takes it all: A model for the experience of timelessness in organizations. *Academy of Management Review*, 26(4), 548-565. <https://doi.org/10.5465/amr.2001.5393891>.
- Mainemelis, C. (2002). Time and timelessness: Creativity in (and out of) the temporal dimension. *Creativity Research Journal*, 14(2), 227-238. https://doi.org/10.1207/S15326934CRJ1402_9.
- Mannino, G., Montefiori, V., Faraci, E., Pillitteri, R., Iacolino, C., Pellerone, M., & Giunta, S. (2017). Subjective perception of time: research applied on dynamic psychology. *World Futures*, 73(4-5), 285-302. <https://doi.org/10.1080/02604027.2017.1333850>.
- McAdams, D. P. (1988). *Power, intimacy, and the life story: Personological inquiries into identity*. Guilford press.
- McAdams, D. P. (1996). Personality, modernity, and the storied self: A contemporary framework for studying persons. *Psychological inquiry*, 7(4), 295-321. https://doi.org/10.1207/s15327965pli0704_1.
- McAdams, D. P. (2001). The psychology of life stories. *Review of general psychology*, 5(2), 100-122. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.5.2.100>.

McAdams, D. P. (2008). Personal narratives and the life story. In O. P. John, R. W. Robins, & L. A. Pervin (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (p. 242–262). The Guilford Press.

McNamara, T. P., & Holbrook, J. B. (2003). Semantic memory and priming. In I. B. Weiner (Ed.), *Handbook of Psychology* (Vol. 4 - Experimental Psychology, pp. 447–476). John Wiley & Sons, Inc.

McWilliams, N. (2011). Dissociative Psychologies. In *Psychoanalytic diagnosis: Understanding personality structure in the clinical process* (pp. 332-357). Guilford Press.

Meissner, W. W. (2007). *Time, self, and psychoanalysis*. Plymouth: Jason Aronson, Incorporated.

Melges, F. T. (1990). Identity and temporal perspective. In R. A. Block (Ed.), *Cognitive models of psychological time* (pp. 255-266). Psychology Press.

Melges, F. T., & Fougereuse Jr, C. E. (1966). Time sense, emotions, and acute mental illness. *Journal of Psychiatric Research*, 4(2), 127-139. [https://doi.org/10.1016/0022-3956\(66\)90025-2](https://doi.org/10.1016/0022-3956(66)90025-2).

Melges, F. T., & Freeman 3rd, A. M. (1977). Temporal disorganization and inner-outer confusion in acute mental illness. *The American journal of psychiatry*, 134(8), 874-877. <https://doi.org/10.1176/ajp.134.8.874>.

Melges, F. T., Tinklenberg, J. R., Dearthoff, C. M., Davies, N. H., Anderson, R. E., & Owen, C. A. (1974). Temporal disorganization and delusional-like ideation: Processes induced by hashish and alcohol. *Archives of general psychiatry*, 30(6), 855-861. <https://doi.org/10.1001/archpsyc.1974.01760120099014>.

Melges, F. T., Tinklenberg, J. R., Hollister, L. E., & Gillespie, H. K. (1970). Temporal disintegration and depersonalization during marihuana intoxication. *Archives of General Psychiatry*, 23(3), 204-210. <https://doi.org/10.1001/archpsyc.1970.01750030012003>.

Merchant, H., Harrington, D. L., & Meck, W. H. (2013). Neural basis of the perception and estimation of time. *Annual review of neuroscience*, 36, 313-336. <https://doi.org/10.1146/annurev-neuro-062012-170349>.

Mölder, B. (2016). Time in intersubjectivity: Some tools for analysis. In B. Mölder, V. Arstila, & P. Øhrstrøm (Eds.) *Philosophy and Psychology of Time* (pp. 205-224). Springer.

Murray, C. D., Fox, J., & Pettifer, S. (2007). Absorption, dissociation, locus of control and presence in virtual reality. *Computers in Human Behavior*, 23(3), 1347-1354. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2004.12.010>.

Nairne, J. S. (2003). Sensory and working memory. In I. B. Weiner (Ed.), *Handbook of Psychology* (Vol. 4 - Experimental Psychology, pp. 423–444). John Wiley & Sons, Inc.

Noble, J. D. K. (2018). What Can the Temporal Structure of Auditory Perception Tell Us about Musical “Timelessness”? *Music Theory Online*, 24(3), <https://doi.org/10.30535/mto.24.3.5>

Noble, J., Bonin, T., & McAdams, S. (2020). Experiences of Time and Timelessness in Electroacoustic Music. *Organised Sound*, 25(2), 232-247.

Ogden, T. H. (2014). Fear of breakdown and the unlived life. *The International Journal of Psychoanalysis*, 95(2), 205-223. <https://doi.org/10.1111/1745-8315.12148>.

Orgel, S. (1965). On time and timelessness. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 13(1), 102-121. <https://doi.org/10.1177/000306516501300106>.

Paddison, M. (2004). Performance, reification, and score: The dialectics of spatialization and temporality in the experience of music. *Musicae Scientiae*, 8(1), 157-179.

Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2001). *O mundo da criança* (8th ed.). McGraw-Hill.

Pasqua, H. (1993). *Introdução à leitura do ser e tempo de Martin Heidegger* (Pensamento e Filosofia ed.). Instituto Piaget.

Paul, E. R., Farmer, M., Kämpe, R., Cremers, H. R., & Hamilton, J. P. (2019). Functional Connectivity Between Extrastriate Body Area and Default Mode Network Predicts Depersonalization Symptoms in Major Depression: Findings From an A Priori Specified Multinetwork Comparison. *Biological Psychiatry: Cognitive Neuroscience and Neuroimaging*, 4(7), 627-635. <https://doi.org/10.1016/j.bpsc.2019.03.007>.

Phillips, M. L., Medford, N., Senior, C., Bullmore, E. T., Suckling, J., Brammer, M. J., Andrew, C., Sierra, M., McWilliams, S. C. R., & David, A. S. (2001). Depersonalization disorder: thinking without feeling. *Psychiatry Research: Neuroimaging*, 108(3), 145-160. [https://doi.org/10.1016/S0925-4927\(01\)00119-6](https://doi.org/10.1016/S0925-4927(01)00119-6).

Piaget, J. (1954/ 1999). The temporal field. In *The Construction Of Reality In The Child. International Library of Psychology* (Developmental Psychology: 32 volumes ed., Vol. 10, pp. 320–349). Routledge.

Piaget, J. (1955). The development of time concepts in the child. In P. H. Hoch & J. Zubin (Eds.), *Psychopathology of childhood* (2nd Printing ed., pp. 34–45). Grune & Stratton.

Poulet, G. (1954). Timelessness and Romanticism. *Journal of the History of Ideas*, 15(1), 3, 3-22. <https://doi.org/10.2307/2707647>

Putnam, F. W. (1989). Pierre Janet and modern views of dissociation. *Journal of Traumatic Stress*, 2(4), 413-429. <https://doi.org/10.1002/jts.2490020406>.

Putnam, F. W. (1996). Child development and dissociation. *Child and Adolescent Psychiatric Clinics of North America*, 5(2), 285-302. [https://doi.org/10.1016/S1056-4993\(18\)30367-5](https://doi.org/10.1016/S1056-4993(18)30367-5).

Rathbone, C. J., Moulin, C. J., & Conway, M. A. (2009). Autobiographical memory and amnesia: Using conceptual knowledge to ground the self. *Neurocase*, 15(5), 405-418. <https://doi.org/10.1080/13554790902849164>.

Reese, E., Haden, C. A., Baker-Ward, L., Bauer, P., Fivush, R., & Ornstein, P. A. (2011). Coherence of personal narratives across the lifespan: A multidimensional model and coding method. *Journal of cognition and development*, 12(4), 424-462. <https://doi.org/10.1080/15248372.2011.587854>.

Roediger III, H. L., & Marsh, E. J. (2003). Episodic and autobiographical memory. In I. B. Weiner (Ed.), *Handbook of Psychology* (Vol. 4 - Experimental Psychology, pp. 475–498). John Wiley & Sons, Inc.

Roediger III, H. L., & Meade, M. L. (2000). Memory Processes. In K. Pawlik & Rosenzweig, M. R. (Eds.), *International Handbook of Psychology* (pp. 117-135). Sage Publications.

Rönnlund, M., Sundström, A., & Nilsson, L. G. (2015). Interindividual differences in general cognitive ability from age 18 to age 65 years are extremely stable and strongly associated with working memory capacity. *Intelligence*, 53, 59-64. <https://doi.org/10.1016/j.intell.2015.08.011>.

Rubin, J. B. (2013). Psychoanalysis, Time, and Play. *Issues in Psychoanalytic Psychology*, 35(1).

Runco, M. A. (1999). Time. In M. A. Runco & S. Pritzker (Eds.), *Encyclopedia of creativity, Volume 2* (pp. 659–663). Academic Press.

Runes, D. D. (1984). Dictionary of philosophy: Revised and enlarged. Philosophical Library.

Sass, L. A. (2001). Schizophrenia, modernism, and the "creative imagination": On creativity and psychopathology. *Creativity research journal*, 13(1), 55-74. https://doi.org/10.1207/S15326934CRJ1301_7.

Saver, J. L., & Rabin, J. (1997). The neural substrates of religious experience. *The Journal of Neuropsychiatry and Clinical Neurosciences*, 9(3), 498-510. <https://doi.org/10.1176/jnp.9.3.498>.

Savva, G. M., Wharton, S. B., Ince, P. G., Forster, G., Matthews, F. E., & Brayne, C. (2009). Age, neuropathology, and dementia. *New England Journal of Medicine*, 360(22), 2302-2309. <https://doi.org/10.1056/NEJMoa0806142>.

Schroots, J. J., Van Dijkum, C., & Assink, M. H. (2004). Autobiographical memory from a life span perspective. *The International Journal of Aging and Human Development*, 58(1), 69-85. <https://doi.org/10.2190/7A1A-8HCE-0FD9-7CTX>.

Schubert, J. (2001). Between eternity and transience: On the significance of time in psychoanalysis. *The Scandinavian Psychoanalytic Review*, 24(2), 93-100. <https://doi.org/10.1080/01062301.2001.10592621>.

Schultz, M. (2016). Organizational identity change and temporality. In M. G. Pratt, M. Schultz, B. E. Ashforth, D. Ravasi (Eds.) *The Oxford Handbook of organizational identity* (pp. 93-105). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780199689576.013.27>

Seginer, R. (2003). Adolescent future orientation: An integrated cultural and ecological perspective. *Online readings in psychology and culture*, 6(1), 2307-0919. 1). <http://doi.org/10.9707/2307-0919.1056>.

Sierra, M., & Berrios, G. E. (2001). The phenomenological stability of depersonalization: comparing the old with the new. *The Journal of nervous and mental disease*, 189(9), 629-636.

Sierra, M., & David, A. S. (2011). Depersonalization: a selective impairment of self-awareness. *Consciousness and cognition*, 20(1), 99-108. <https://doi.org/10.1016/j.concog.2010.10.018>.

Sierra, M., Baker, D., Medford, N., & David, A. S. (2005). Unpacking the depersonalization syndrome: an exploratory factor analysis on the Cambridge Depersonalization Scale. *Psychological medicine*, 35(10), 1523. <https://doi.org/10.1017/S0033291705005325>.

Simeon, D., Hwu, R., & Knutelska, M. (2007). Temporal disintegration in depersonalization disorder. *Journal of trauma & dissociation*, 8(1), 11-24. https://doi.org/10.1300/J229v08n01_02.

Simeon, D., Kozin, D. S., Segal, K., Lerch, B., Dujour, R., & Giesbrecht, T. (2008). De-constructing depersonalization: further evidence for symptom clusters. *Psychiatry research*, 157(1-3), 303-306. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2007.07.007>.

Singer, J. A., & Bluck, S. (2001). New perspectives on autobiographical memory: The integration of narrative processing and autobiographical reasoning. *Review of General Psychology*, 5(2), 91-99. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.5.2.91>.

Soffer-Dudek, N. (2017). Daily elevations in dissociative absorption and depersonalization in a nonclinical sample are related to daily stress and psychopathological symptoms. *Psychiatry*, 80(3), 265-278. <https://doi.org/10.1080/00332747.2016.1247622>.

Spiegel, D., & Cardeña, E. (1991). Disintegrated experience: The dissociative disorders revisited. *Journal of abnormal psychology*, 100(3), 366. <https://doi.org/10.1037/0021-843X.100.3.366>.

Stace, W. T. (1960). *Mysticism and philosophy*. Macmillan and Company Limited.

Stanghellini, G., Ballerini, M., Presenza, S., Mancini, M., Raballo, A., Blasi, S., & Cutting, J. (2016). Psychopathology of lived time: abnormal time experience in persons with schizophrenia. *Schizophrenia bulletin*, 42(1), 45-55. <https://doi.org/10.1093/schbul/sbv052>.

Stern, D. B. (2013). *Unformulated experience: From dissociation to imagination in psychoanalysis*. Routledge.

Stern, D. B. (2017). Unformulated experience, dissociation, and Nachträglichkeit. *Journal of Analytical Psychology*, 62(4), 501-525. <https://doi.org/10.1111/1468-5922.12334>.

Sutherland, P. (1999). The application of Piagetian and neo-Piagetian ideas to further and higher education. *International Journal of Lifelong Education*, 18(4), 286-294. <https://doi.org/10.1080/026013799293702>.

Swanson, G. (2007). Shattered into a Multiplicity of Warring Functions': Synthesis, Disintegration and 'Distractibility. *Intellectual History Review*, 17(3), 305-326. <https://doi.org/10.1080/17496970701622556>.

Tellegen, A., & Atkinson, G. (1974). Openness to absorbing and self-altering experiences ("absorption"), a trait related to hypnotic susceptibility. *Journal of abnormal psychology*, 83(3), 268. <https://doi.org/10.1037/h0036681>.

Terr, L. C. (1983a). Review of Time and the inner future: A temporal approach to psychiatric disorders. *American Journal of Orthopsychiatry*, 53(4), 741–743. <https://doi.org/10.1037/h0098814>.

Terr, L. C. (1983b). Time sense following psychic trauma: A clinical study of ten adults and twenty children. *American Journal of Orthopsychiatry*, 53(2), 244. <https://doi.org/10.1111/j.1939-0025.1983.tb03369.x>.

Tronick, E., Als, H., Adamson, L., Wise, S., & Brazelton, T. B. (1978). The infant's response to entrapment between contradictory messages in face-to-face interaction. *Journal of the American Academy of Child psychiatry*, 17(1), 1-13. [https://doi.org/10.1016/S0002-7138\(09\)62273-1](https://doi.org/10.1016/S0002-7138(09)62273-1).

Turton, S., Nutt, D. J., & Carhart-Harris, R. L. (2014). A qualitative report on the subjective experience of intravenous psilocybin administered in an fMRI environment. *Current Drug Abuse Reviews*, 7(2), 117-127. <https://doi.org/10.2174/1874473708666150107120930>.

Van Beek, W., Berghuis, H., Kerkhof, A., & Beekman, A. (2011). Time perspective, personality and psychopathology: Zimbardo's time perspective inventory in psychiatry. *Time & society*, 20(3), 364-374. <https://doi.org/10.1177/0961463X10373960>.

Van der Hart, O., & Horst, R. (1989). The dissociation theory of Pierre Janet. *Journal of traumatic stress*, 2(4), 397-412. <https://doi.org/10.1002/jts.2490020405>.

Vanaken L, Bijttebier P, Hermans D. (2020) I like you better when you are coherent. Narrating autobiographical memories in a coherent manner has a positive impact on listeners' social evaluations. *PLoS ONE* 15(4): e0232214. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0232214>

Vanderveren, E., Bijttebier, P., & Hermans, D. (2017). The importance of memory specificity and memory coherence for the self: Linking two characteristics of autobiographical memory. *Frontiers in Psychology*, 8, 2250. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.02250>.

Verwoerd, J., & Wessel, I. (2007). Distractibility and individual differences in the experience of involuntary memories. *Personality and Individual Differences*, 42(2), 325-334. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2006.07.014>.

Vogeley, K., & Kupke, C. (2007). Disturbances of time consciousness from a phenomenological and a neuroscientific perspective. *Schizophrenia bulletin*, 33(1), 157-165. <https://doi.org/10.1093/schbul/sbl056>.

Waller, N. G., & Ross, C. A. (1997). The prevalence and biometric structure of pathological dissociation in the general population: taxometric and behavior genetic findings. *Journal of abnormal psychology*, 106(4), 499. <https://doi.org/10.1037/0021-843X.106.4.499>.

Waller, N., Putnam, F. W., & Carlson, E. B. (1996). Types of dissociation and dissociative types: A taxometric analysis of dissociative experiences. *Psychological methods*, 1(3), 300. <https://doi.org/10.1037/1082-989X.1.3.300>.

Wang, Y. (2020). *The influence of recreational drug use on creative behavior: a qualitative study in the Dutch underground art culture* (Bachelor's thesis, University of Twente).

Watson, D. (2003). Investigating the construct validity of the dissociative taxon: Stability analyses of normal and pathological dissociation. *Journal of Abnormal Psychology*, 112(2), 298. <https://doi.org/10.1037/0021-843X.112.2.298>.

Williams, J. M. G., Barnhofer, T., Crane, C., Herman, D., Raes, F., Watkins, E., & Dalgleish, T. (2007). Autobiographical memory specificity and emotional disorder. *Psychological bulletin*, 133(1), 122. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.133.1.122>.

Winnicott, D. W. (1948/2001). Pediatrics and Psychiatry. In *Through Paediatrics to Psychoanalysis: Collected Papers* (pp. 170-186). Routledge.

Winnicott, D. W. (1974). Fear of breakdown. *International review of psychoanalysis*, 1, 103-107.

Winnicott, D. W. (1991/2005). Transitional objects and transitional phenomena. In *Playing and Reality* (Reprinted ed., pp. 1-34). Oxon: Routledge Classics.

Yoo, J. (2019). Creative writing and academic timelessness. *New Writing*, 16(2), 148-157. <https://doi.org/10.1080/14790726.2018.1490776>.

Zakay, D. (1990). The evasive art of subjective time measurement. In R. A. Block (Ed.), *Cognitive models of psychological time* (pp. 59-84). Psychology Press.

Zakay, D. (2012). Experiencing time in daily life. *British Psychologist*, 25(8): 578–582.

Zakay, D. (2016). Psychological Time. In B. Mölder, V. Arstila, & P. Øhrstrøm (Eds.) *Philosophy and Psychology of Time* (pp. 53-66). Springer.

Zakay, D., Nitzan, D., & Glicksohn, J. (1983). The influence of task difficulty and external tempo on subjective time estimation. *Perception & Psychophysics*, *34*(5), 451-456. <https://doi.org/10.3758/BF03203060>.

Zimbardo, P. G., & Boyd, J. N. (1999). Putting time in perspective: a valid, reliable individual-differences metric. *Journal of Personality and Social Psychology*, *77*(6), 1271–1288. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.77.6.1271>.

Zimbardo, P., & Boyd, J. (2008). *The time paradox: The new psychology of time that will change your life*. Simon and Schuster.

Anexos

Anexo 1 – Questionário Sociodemográfico

1. Idade _____

2. Género

Feminino; Masculino; Outro

3. Escolaridade

1º Ciclo; Ensino Básico; Ensino Secundário; Licenciatura; Mestrado; Doutoramento

4. Profissão

5. O português é a sua língua materna?

Sim; Não

6. Faz/ já alguma vez fez acompanhamento clínico?

Sim; Não

7. Alguma vez lhe foi diagnosticada alguma perturbação do foro psicológico/
psiquiátrico/ neurológico?

Sim; Não

7.1. Se respondeu que sim, qual?

8. Toma alguma medicação do foro psiquiátrico?

Sim; Não

9. Tem contacto regular com substâncias psicotrópicas não prescritas?

Sim; Não

10. Tem contacto regular com produtos artísticos, tanto como criador, como apreciador?

Sim; Não

10.1. Se respondeu que sim, com que atividade(s) artística(s) tem um contacto mais regular?

Teatro; Cinema; Pintura; Música; Artes Plásticas; Literatura; Outro (especificar)

11. Faz uma prática regular de meditação ou de oração?

Sim; Não

12. Se respondeu que sim às perguntas 10 ou 11, qual o grau de absorção que associa a essas práticas?

Não me sinto nada absorvido/ Sinto-me pouco absorvido/ Sinto-me absorvido/ Sinto-me completamente absorvido

12. Sente que alguma vez teve uma experiência de carácter místico?

Sim; Não

12.1. Se respondeu que sim, a que estava associada esta experiência?

Religião; Meditação; Amor; Processo artístico; Outro (especificar)_____

13. Já alguma vez se sentiu parado no tempo?

Sim; Não

Anexo 2 – Tradução e Adaptação dos Instrumentos TIQ e ANIQ

Traduzir e adaptar instrumentos de medição psicológica é uma tarefa exigente e rigorosa. Para isso, seguiram-se as *guidelines* da International Test Commission, que desenhou um protocolo para guiar os investigadores (International Test Commission, 2017). Existem dois métodos de tradução dos testes de avaliação psicológicos – (1) métodos de *forward translation*, isto é, de tradução da língua original para a língua traduzida; e (2) métodos de *back translation*, isto é, tradução da língua traduzida de novo para a língua original (International Test Commission, 2017). Na presente investigação, aplicaram-se os dois métodos, para se obter um maior nível de rigor.

Todos os artigos que serão aqui referidos foram consultados por terem sido citados pela International Test Commission.

Começaremos então pelo primeiro método de tradução. Um dos aspetos fundamentais é a escolha de tradutores (International Test Commission, 2017). Em primeiro lugar, é necessário ter pelo menos dois tradutores, já que a ideia é que a convergência seja uma das bases da validade (Jeanrie & Bertrand, 1999). Por outro lado, (1) é necessário que estes tradutores sejam bilingues, (2) estejam familiarizados com o construto a ser avaliado e (3) estejam familiarizados com os princípios de desenvolvimento de testes (Hambleton & Patsula, 1999). Tendo em conta estas regras, foram escolhidas duas professoras de inglês de 3º ciclo e secundário, que amavelmente se disponibilizaram para ajudar nesta tarefa. Cumprem o (1) primeiro critério, são bilingues, pela sua educação e por circunstâncias das suas vidas pessoais. Em relação ao (2) segundo critério, Hambleton e Patsula (1999) admitem que os tradutores possam passar por um treino que lhes ofereça competências para o processo de adaptação dos testes. Seguindo estas recomendações, foi dado a cada uma das tradutoras um documento que explicava o propósito geral da investigação e de cada um dos instrumentos, indicando o que mediam, que escalas continham, e que itens pertenciam a cada escala (ver anexo 13). Por último, (3) Jeanrie e Bertrand (1999) argumentaram que, para além de psicólogos, os tradutores poderiam ser profissionais de educação, nomeadamente professores, já que são profissionais que estariam também habituados a avaliar, a formular questões e a construir itens. Neste caso, sendo as tradutoras professoras com muitos anos de experiência, também este último critério se cumpriu. No entanto, como mais uma maneira de assegurar o rigor, foi dado a cada uma das professoras um documento com os princípios gerais de construção de itens de avaliação psicológica (ver anexo 14).

O ANIQ é originalmente australiano, pelo que os investigadores enviaram os itens e as instruções em inglês para serem traduzidos para português. O TIQ é originalmente servo, mas a correspondência com o investigador foi sempre feita em inglês, bem como o artigo de construção do instrumento, que foi escrito e lido em inglês. Por causa disto, o autor enviou os itens e as instruções em inglês, traduzidos desde o servo, e a tradução foi igualmente feita de inglês para português.

As duas tradutoras traduziram separadamente os itens e as instruções de cada um dos dois instrumentos (ver anexos 15 e 16 com as traduções de cada uma). Por fim, é recomendado que haja depois uma convergência de tradução (Jeanrie & Bertrand, 1999). Para tal, Hambleton e Patsula (1999) recomendam que haja uma reunião entre os tradutores e os investigadores para se chegar a um consenso. Depois dessa reunião, chegou-se então a uma versão provisória de cada um dos instrumentos (ver anexo 17 com versão provisória do TIQ e anexo 18 com versão do ANIQ).

Começou-se, depois, a aplicar o método de *back translation*, isto é, a tradução de volta à língua original. O uso destas duas metodologias em simultâneo assegura um maior rigor na tradução (Hambleton & Patsula, 1999). Não é recomendado que esta segunda tradução seja feita com os mesmos tradutores, por já estarem enviesados. Por isso, contactaram-se mais dois tradutores que cumprissem os mesmos critérios mencionados anteriormente – neste caso, dois professores de inglês na Faculdade de Letras da Universidade de Lisboa. Da mesma maneira, traduziram separadamente (ver anexos 19 e 20 com as traduções de cada um) e no fim chegou-se a um consenso (ver anexo 21).

Estas versões em inglês foram depois enviadas de novo para os autores dos instrumentos, para serem validadas. O ANIQ foi validado na íntegra pelo autor, que concordou com a tradução na totalidade, confirmando a versão apresentada no anexo 18. O autor do TIQ tinha algumas questões em dois itens específicos, pelo que acabou por se chegar a outra versão final (ver anexo 22).

Anexo 3 – Validação Psicométrica da Versão Adaptada dos Instrumentos

O TIQ revelou uma boa consistência interna, com um α de Cronbach total de .88. A escala “Sucessão” apresentou um α de Cronbach de .89 e a escala “Integração” apresentou um α de Cronbach de .74. As correlações item-total para o *score* global e para cada uma das escalas podem ser consultadas no Quadro 24.

Quadro 24

Correlação de Itens-Score Total e Correlação de Itens-Total para cada Escala do Time Integration Questionnaire

Item	Correlação do item-total	Correlação do item-escala “Sucessão”	Correlação do item-escala “Integração”
1	,51	,45	-
2	,23	,49	-
3	,43	,42	-
4	-,01	-	,50
5	,28	-	,35
6	,28	,47	-
7	,20	,48	-
8	,23	-	,36
9	-,09	,33	-
10	,31	,53	-
11	,25	,540	-
12	,33	-	,16
13	,01	-	,31
14	,21	,67	-
15	,14	-	,30

16	,42	-	,38
18	,46	,41	-
19	,32	,44	-
20	,39	,36	-
21	,50	-	,25
22	,44	,30	-
23	,44	-	,11
24	,48	,56	-
25	,28	,50	-
26	,48	-	,28
27	,51	,64	-
28	,64	-	,20
29	,36	,52	-
30	,36	,45	-
31	,36	,48	-
32	,25	-	,42
33	,50	-	,15
34	,47	,56	-
35	,60	,45	-
36	,50	,52	-
37	,40	-	,38
38	,42	-	,19
40	,49	-	,49
41	,40	-	,53

O ANIQ revelou, também, uma boa consistência interna, com um α de Cronbach total de .95. A escala “Consciência da sua narrativa autobiográfica” apresentou um α de Cronbach de .86; a escala “Coerência Temporal” apresentou um α de Cronbach de .96; a escala “Coerência Causal” apresentou um α de Cronbach de .93; e a escala “Coerência Temática” apresentou um α de Cronbach de .91, todos valores muito parecidos com os valores originais. As correlações item-total para o *score* global e para cada uma das escalas podem ser consultadas no Quadro 25.

Quadro 25

Correlação de Itens-Score Total e Correlação de Itens-Total para cada Escala do Awareness of Narrative Identity Questionnaire

Item	Correlação do item-total	Correlação do item-escala “Consciência”	Correlação do item-escala “Coesão Temporal”	Correlação do item-escala “Coesão Causal”	Correlação do item-escala “Coesão Temática”
1	,64	,69	-	-	-
2	,67	,75	-	-	-
3	,58	,68	-	-	-
4	,58	,63	-	-	-
5	,64	,67	-	-	-
6	,67	-	,85	-	-
7	,63	-	,89	-	-
8	,75	-	,92	-	-
9	,72	-	,92	-	-
10	,67	-	,84	-	-
11	,76	-	-	,81	-

12	,70	-	-	,85	-
13	,66	-	-	,78	-
14	,68	-	-	,86	-
15	,66	-	-	,81	-
16	,73	-	-	-	,79
17	,73	-	-	-	,81
18	,75	-	-	-	,85
19	,65	-	-	-	,66
20	,74	-	-	-	,81

Anexo 4 – Apresentação do Estudo e Consentimento Informado

A presente investigação insere-se numa tese de conclusão do Mestrado em Psicologia Clínica Dinâmica da Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa, sob orientação da Prof. Doutora Ana Medina.

Esta investigação pretende aprofundar a questão: como é que as vivências temporais se relacionam com o sentido de identidade e com a coesão das memórias autobiográficas? Assim, propõe estudar o papel da integração identitária, na sua relação com a narrativa de vida autoconstruída, ao estudar alguns sintomas de distúrbios na perceção temporal da população geral.

A participação neste estudo terá uma valiosa utilidade na compreensão destas vivências e na delimitação do fenómeno das vivências temporais, e pretende-se que os resultados obtidos possam fazer avançar a investigação nesta área.

A sua participação é voluntária e passível de desistência a qualquer momento, sem que isso traga quaisquer consequências para o participante. Prevê-se que tenha uma duração aproximada de 10 a 15 minutos.

Serão mantidos a confidencialidade e o anonimato dos dados, uma vez que só irão ser recolhidas informações estritamente necessárias no âmbito desta investigação e a informação obtida será usada apenas para este fim. Adicionalmente, os dados serão tratados de forma geral e não individualizada, sem a identificação de nenhuma situação ou pessoa em particular, garantido através da atribuição de códigos a cada protocolo de resposta.

Não se antevê nenhum risco de dano ou mal-estar psicológico notório provocado pela participação neste estudo, mas caso sinta necessidade será possível fazer uma articulação com o serviço à comunidade da Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa, para uma consulta de triagem que clarifique algum sofrimento clínico, através do contacto com a investigadora Mafalda Falcão, para o seguinte e-mail: **mafaldafalcao@campus.ul.pt**.

Se persistirem dúvidas sobre o estudo, ou se desejar ter acesso às principais conclusões desta investigação, pode, igualmente, entrar em contacto comigo, através do e-mail **mafaldafalcao@campus.ul.pt**.

Agradeço desde já a disponibilidade e colaboração.

Ao continuar, declara, de forma voluntária, o seu consentimento na participação deste estudo.

Anexo 5 – Testes de Normalidade da Distribuição dos Resultados dos Instrumentos Utilizados

Quadro 26

Testes de Normalidade da Distribuição Para Resultados Totais e Escalas dos Instrumentos Utilizados – Testes de Kolmogorov-Smirnov e de Shapiro-Wilk

Escala	Teste de Kolmogorov-Smirnov		Teste de Shapiro-Wilk	
	Estatística	<i>p</i>	Estatística	<i>p</i>
TIQ Total	.062	.038	.990	.138
TIQ “Sucessão”	.059	.057	.991	.173
TIQ “Integração”	.055	.200	.996	.792
ANIQ Total	.077	.003	.971	.000
ANIQ “Consciência”	.086	.000	.951	.000
ANIQ “Coesão Temporal”	.095	.000	.955	.000
ANIQ “Coesão Causal”	.090	.000	.969	.000
ANIQ “Coesão Temática”	.126	.000	.949	.000
DES Total	.101	.000	.926	.000
DES “Despersonalização/ desrealização”	.221	.000	.755	.000
DES “Absorção”	.102	.000	.957	.000
DES “Distritabilidade”	.094	.000	.960	.000
DES “Perturbações de Memória”	.201	.000	.778	.000

Anexo 6 – Médias, Desvio Padrão, Máximos e Mínimo de Respostas

Quadro 27

Média, Desvio-Padrão, Máximo e Mínimo de Resposta Para Resultado Total e Para Cada Escala dos Questionários

Instrumento/Escala	Média	Desvio Padrão	Mínimo	Máximo
TIQ	3.25	.42	1	5
Sucessão	3.20	.56	1	5
Integração	3.30	.42	1	5
ANIQ	134.67	32.59	23	200
Consciência	36.10	8.61	1	50
Coesão Temporal	32.17	12.12	2	50
Coesão Causal	32.82	9.84	1	50
Coesão Temática	33.62	9.10	1	50
DES	2.18	1.42	0	6.50
Despersonalização/ desrealização	1.17	1.53	0	6.71
Absorção	3.16	2.03	0	9.57
Distratibilidade	3.28	1.89	0	8.57
Perturbação Memória	1.05	1.25	0	6.00

Anexo 7 – Correlações entre Experiência Temporal e Experiência Dissociativa

Quadro 28

Correlações Entre Experiência Temporal e Experiência Dissociativa – Coeficiente de Correlação de Pearson

Experiência Temporal (TIQ)	Experiência Dissociativa (DES)				
	Resultado Total (DES)	Despersonalização/ desrealização	Absorção	Distratibilidade	Perturbações de Memória
Resultado Total (TIQ)	-.52***	-.47***	-.43***	-.49***	-.29***
Sucessão	-.59***	-.54***	-.50***	-.54***	-.40***
Integração	-.18**	-.16*	-.15*	-.20**	-.023

* $p < .05$. ** $p < .01$. *** $p < .001$.

Anexo 8 – Correlações entre Experiência Temporal e Consciência e Coerência da Narrativa Autobiográfica

Quadro 29

Correlações Entre Experiência Temporal e Consciência e Coerência da Narrativa Autobiográfica – Coeficiente de Correlação de Pearson

Experiência Temporal (TIQ)	Consciência e Coerência da Narrativa Autobiográfica (ANIQ)				
	Resultado Total (ANIQ)	Consciência	Coessão Temporal	Coessão Causal	Coessão Temática
Resultado Total (TIQ)	.33***	.17*	.36***	.35***	.18**
Sucessão	.212**	.08	.27***	.24***	.062
Integração	.39***	.29**	.35***	.37***	.30***

* $p < .05$. ** $p < .01$. *** $p < .001$.

Anexo 9 – Correlações entre Consciência e Coerência da Narrativa Autobiográfica e Experiência Dissociativa

Quadro 30

Correlações Entre Consciência e Coerência da Narrativa Autobiográfica e Experiência Dissociativa – Coeficiente de Correlação de Pearson

Narrativa Autobiográfica (ANIQ)	Experiência Dissociativa (DES)				Perturbações de Memória
	Resultado Total (DES)	Despersonalização/ desrealização	Absorção Distratibilidade		
Resultado Total (ANIQ)	-.074	-.011	-.016	-.091	-.134*
Consciência	-.014	.057	.025	-.039	-.091
Coessão Temporal	-.103	-.071	-.014	-.109	-.164*
Coessão Causal	-.110	-.066	-.058	-.131	-.116
Coessão Temática	.004	.074	-.002	-.002	-.051

* $p < .05$.

Anexo 10 – Correlações entre Resultados de Instrumentos e Grau de Absorção

Quadro 31

*Correlações Entre Resultados Totais e Escalas do TIQ, ANIQ, DES e Grau de Absorção
– Coeficiente de Correlação de Spearman*

	Grau de Absorção
Experiência Temporal (TIQ)	-.024
Sucessão	.011
Integração	-.085
Consciência e Coerência da Narrativa Autobiográfica (ANIQ)	.142
Consciência	.216*
Coesão Temporal	.135
Coesão Causal	.159
Coesão Temática	.193*
Experiência Dissociativa (DES)	.061
Despersonalização/ desrealização	.027
Absorção	.162
Distratibilidade	.568
Perturbações de Memória	-.120

* $p < .05$.

Anexo 11 – Testes de Normalidade da Distribuição dos Resíduos dos Modelos de Regressão com a Experiência Dissociativa como VI

Quadro 32

Testes de Normalidade da Distribuição dos Resíduos Padronizados (RP) e Não Padronizados (RNP) dos Modelos de Regressão – Testes de Kolmogorov-Smirnov e de Shapiro-Wilk

Modelos de Regressão		Teste de Kolmogorov-Smirnov		Teste de Shapiro-Wilk		
Variável Independente	Variável Dependente		Estatística <i>p</i>	Estatística	<i>p</i>	
Experiência Dissociativa (DES)	Experiência Temporal (TIQ)	RP	.031	.200	.994	.539
		RNP	.031	.200	.994	.539
Experiência Dissociativa (DES)	Sucessão Temporal (TIQ)	RP	.044	.200	.995	.612
		RNP	.044	.200	.995	.612
Experiência Dissociativa (DES)	Integração Temporal (TIQ)	RP	.046	.200	.995	.677
		RNP	.046	.200	.995	.677
Despersonalização/ desrealização (DES)	Experiência Temporal (TIQ)	RP	.041	.200	.993	.423
		RNP	.041	.200	.993	.423

Anexo 12 – Testes de Normalidade da Distribuição dos Resíduos dos Modelos de Regressão com a Consciência e Coerência da Narrativa Autobiográfica como VI

Quadro 33

Testes de Normalidade da Distribuição dos Resíduos Padronizados (RP) e Não Padronizados (RNP) dos Modelos de Regressão – Testes de Kolmogorov-Smirnov e de Shapiro-Wilk

Modelos de Regressão		Teste de Kolmogorov-Smirnov		Teste de Shapiro-Wilk		
Variável Independente	Variável Dependente		Estatística <i>p</i>	Estatística	<i>p</i>	
Consciência e Coerência da Narrativa Autobiográfica (ANIQ)	Experiência Temporal (TIQ)	RP	.053	.200	.986	.026
		RNP	.053	.200	.986	.026
Consciência e Coerência da Narrativa Autobiográfica (ANIQ)	Sucessão Temporal (TIQ)	RP	.041	.200	.992	.302
		RNP	.041	.200	.992	.302
Consciência e Coerência da Narrativa Autobiográfica (ANIQ)	Integração Temporal (TIQ)	RP	.048	.200	.994	.507
		RNP	.048	.200	.994	.507
Coerência Temporal (ANIQ)	Experiência Temporal (TIQ)	RP	.043	.200	.992	.248
		RNP	.043	.200	.992	.248

Anexo 13 – Descrição dos Instrumentos a Traduzir

Time Integration Questionnaire

Breve contextualização

Este instrumento serve para medir a **experiência temporal** dos indivíduos, nomeadamente, distúrbios nessa experiência a diferentes níveis.

Para isso, utiliza duas escalas, cada uma medindo diferentes aspetos:

- Escala 1 – “**Sucessão**” (S) – relacionada com uma questão mais objetiva de classificação temporal, ligada ao tempo interno vs. tempo externo; estimativa correta da passagem do tempo; relação com o relógio; etc.

Mede variáveis como “Velocidade” / “Repetição” / “Continuidade”

- Escala 2 – “**Integração**” (I) – mais relacionado com a experiência temporal como um todo – se o indivíduo é capaz de ordenar, de perceber como é que uns acontecimentos levam aos outros, situar-se no contínuo temporal, prever e planear um futuro; etc.

Mede variáveis como “Progressão” / “Contiguidade” / “Antevisão”

À frente de cada item está colocada uma inicial, indicando a que escala pertence cada item (por exemplo, à frente do item 1 está o código (S) porque este item se insere na primeira escala). É importante perceber a que escala pertence cada item para que seja claro para o tradutor qual o objetivo desse item, isto é, o que pretende medir.

Ao preencher o questionário, os participantes têm de ler estes itens e responder, numa escala de 0 a 5, se concordam completamente (5), se concordam (4), se não sabem bem (3), se discordam (2) ou se discordam completamente (1) das afirmações.

Os itens 17 e 39 não se inserem em nenhuma escala. São itens com afirmações absurdas, que servem para validar o protocolo. Se forem os dois respondidos de forma positiva, invalidam as outras respostas (porque demonstram que ou o participante não estava com atenção, ou respondeu ao acaso, etc)

Antes de começar: Manter em atenção as instruções sobre a escrita e tradução de itens, disponibilizadas num documento à parte.

Obrigada!

Itens – tradução de inglês para português

O questionário é original da Sérvia e foi desenvolvido em Servo.

Estes itens foram traduzidos para inglês pelos autores e não é a melhor tradução... mas espero que sejam perceptíveis!

1. (S) Events flow so fast that I cannot catch them.
2. (S) I cannot comprehend the wholeness of my life at all.
3. (S) Things appear to me now like this, and then like that, at moments.
4. (I) There is a clear goal in everything I do.
5. (I) Every day has to be fulfilled with something useful.
6. (S) When I have to do something urgently, I completely get lost.
7. (S) It seems that time passes discontinuously for me.
8. (I) When I look back to my life, I see that I have always been making progress in some things.
9. (S) Usually I understand the meaning of one's behavior only afterwards.
10. (S) My thoughts sometimes hurry so that I cannot join them.
11. (S) I am inclined to fall alternatively in opposite moods.
12. (I) Events that I expect never stay away.
13. (I) I feel that I am of full age.
14. (S) Some memories or impressions can pervade me so suddenly that I totally get lost.
15. (I) Everything that appears in my thoughts is integrated.
16. (I) I don't allow myself to regress in anything.
17. I remember everything that had happened to me before my birth.
18. (S) Often I know what to do, but I don't know when.
19. (S) I can't achieve to make my unpleasant memories disappear.
20. (S) Many of my sometime attitudes or acts were wrong.
21. (I) The flow of time occurs in regular intervals.
22. (S) I can't resist the habit to react off-hand.
23. (I) I like to think previously of everything.
24. (S) My conception of things turns from one to another opposite side.
25. (S) My life goes on in insufficiently connected periods.
26. (I) I accomplish my duties regularly.

27. (S) Instability of my feelings and thoughts is already worrying me.
28. (I) It is never too late to correct something or to do it better.
29. (S) I come to conclusions prematurely.
30. (S) I often repeat a single thought or action.
31. (S) Sometimes I experience an unexplainable break of my thoughts.
32. (I) For me, events always flow in a regular successive order.
33. (I) I try to prolong pleasant moments.
34. (S) I can't catch that "now" that seems to be so close.
35. (S) I can't get constant at all.
36. (S) It happens to me to repeat successively the needless actions.
37. (I) What I consider clearly, remains like that forever.
38. (I) Something can appear in my thoughts only when I want it to appear.
39. I slept twenty days continuously in one occasion.
40. (I) I finish everything that I start.
41. (I) My feelings, attitudes and purposes are permanent.
42. (I) I judge things only then when I am certain of them.

Referência bibliográfica do instrumento

Drakulić, B., Tenjović, L., & Lečić-Toševski, D. (2003). Time Integration Questionnaire. Construction and empirical validation of a new instrument for the assessment of subjective time experience. *European Journal of Psychological Assessment, 19*(2), 101.

Awareness of Narrative Identity Questionnaire

Breve contextualização

Este instrumento serve para medir a **coesão da memória autobiográfica** dos indivíduos. Memórias autobiográficas são memórias que construímos acerca das experiências por que passamos, e são determinantes na maneira como cada pessoa constrói a sua história. Este instrumento pretende medir duas coisas essenciais: por um lado, a consciência que o indivíduo tem do seu papel na construção dessa narrativa (que

pode ser mais ou menos consciente, deliberada, intencional, autorreflexiva), por outro, os vários tipos de coesão de narrativa, através das seguintes escalas:

- Escala 1 – **“Auto consciência” (A)** – grau de consciência e de papel ativo na construção da sua narrativa pessoal, no sentido que cada indivíduo dá às suas memórias autobiográficas
- Escala 2 – **“Coerência temporal” (CTp)** – se estas memórias se organizam em torno de uma progressão contínua e integrada do tempo ou se, pelo contrário, se apresentam como memórias difusas, descontínuas e desintegradas
- Escala 3 – **“Coerência causal” (CC)** – se o indivíduo consegue perceber as consequências de uns acontecimentos aos outros, qual o caminho percorrido, que experiências influenciaram outras, etc
- Escala 4 – **“Coerência temática” (CTm)** – se o indivíduo consegue distinguir diferentes temas ou padrões nos seus comportamentos, nas suas reações, nos outros, no mundo que o rodeia, ou se, pelo contrário, os acontecimentos parecem mais arbitrários e desconexos

À frente de cada item está colocada uma inicial, indicando a que escala pertence cada item (por exemplo, à frente do item 1 está o código (A) porque este item se insere na primeira escala). É importante perceber a que escala pertence cada item para que seja claro para o tradutor qual o objetivo desse item, isto é, o que pretende medir.

Ao preencher o questionário, os participantes têm de ler estes itens e responder, numa escala de 0 a 10, se concordam ou discordam das frases, sendo que 0 = “discordo completamente” e 10 = “concordo completamente”

Antes de começar: Manter em atenção as instruções sobre a escrita e tradução de itens, disponibilizadas num documento à parte.

Obrigada!

Itens – tradução de inglês para português

O questionário é original da Austrália e foi desenvolvido em inglês

1. (A) My memories are like stories that help me understand my identity.
2. (A) I use my stories about my life to work out the kind of person I am.
3. (A) The experiences from my past make the story of who I am.

4. (A) My sense of self is embedded in memories of my life.
5. (A) When I think over my life, I can observe how there is a story that tells me who I am.
6. (CTp) I can put the events of my life in order of when they occurred.
7. (CTp) Knowing the order in which my life events occurred is easy for me.
8. (CTp) When I'm thinking back over experiences I have had, I know when they occurred in my life.
9. (CTp) I have a good awareness of the sequence in which events and experiences in my life happened.
10. (CTp) When I think about experiences in my past, I find it easy to remember what came before and after them.
11. (CC) I understand how the story of my life has unfolded.
12. (CC) I understand how my life experiences are associated with one another.
13. (CC) Things that have happened over the course of my life are meaningfully tied together.
14. (CC) I am aware of how events in my life are interrelated.
15. (CC) I can understand how experiences in my life have occurred, with one thing leading to another.
16. (CTm) When I think or talk about experiences in my past I can see themes about the kind of person that I am.
17. (CTm) I can perceive common themes about who I am across memories of my life.
18. (CTm) I notice themes in the personal memories of my life that relate to the kind of person that I am.
19. (CTm) When I recall events and experiences across my lifetime, I can see consistent patterns in the way that I think, feel, and act.
20. (CTm) There are clear themes relating to who I am that can be found in my personal memories.

Referência bibliográfica do instrumento

Hallford, D. J., & Mellor, D. (2017). Development and validation of the Awareness of Narrative Identity Questionnaire (ANIQ). *Assessment*, 24(3), 399-413.

Anexo 14 – Princípios Gerais da Construção de Itens de Avaliação Psicológica

Regras para tradução e escrita de itens de testes psicométricos

1. As frases devem ser claras
2. Deve prevalecer o sentido geral do item, e não uma tradução literal
3. As frases dos itens originais/ traduzidos devem ter aproximadamente o mesmo tamanho
4. Os itens devem ser igualmente formulados em termos de frases negativas/ afirmativas
5. É relevante perceber a que escala pertence cada item, para que o significado associado continue a pertencer àquele construto específico

Referências bibliográficas

International Test Commission. (2017). *The ITC Guidelines for Translating and Adapting Tests (Second edition)*

Jeanrie, C., & Bertrand, R. (1999). Translating tests with the International Test Commission's guidelines: Keeping validity in mind. *European Journal of Psychological Assessment, 15*(3), 277.

Anexo 15 – Tradução do TIQ e ANIQ (Tradutora 1)

Awareness of Narrative Identity Questionnaire

Questionário sobre a Consciência da Identidade Narrativa

1. (A) As minhas memórias são como histórias que me ajudam a compreender a minha identidade.
2. (A) Eu uso as minhas histórias sobre a minha vida para me ajudar a perceber que tipo de pessoa sou.
3. (A) As experiências do meu passado criam a história da pessoa que sou.
4. (A) O meu sentido de identidade está enraizado nas memórias da minha vida.
5. (A) Quando reflito sobre a minha vida, consigo ver como existe uma história que me diz quem sou.
6. (CTp) Consigo colocar os acontecimentos da minha vida na ordem em que eles ocorreram.
7. (CTp) É fácil para mim saber a ordem em que os acontecimentos da minha vida ocorreram.
8. (CTp) Quando estou a refletir sobre as experiências que tenho tido, sei quando é que elas ocorreram na minha vida.
9. (CTp) Tenho uma boa consciência da sequência em que os acontecimentos e experiências ocorreram na minha vida.
10. (CTp) Quando penso nas experiências do meu passado, é fácil lembrar-me do que aconteceu antes e depois.
11. (CC) Compreendo como a história da minha vida se desenrolou.
12. (CC) Compreendo como as experiências da minha vida se associam umas às outras.
13. (CC) As coisas que aconteceram ao longo da minha vida estão ligadas de modo significativo.
14. (CC) Tenho consciência do modo como os acontecimentos na minha vida estão inter-relacionados.
15. (CC) Consigo compreender como as experiências da minha vida aconteceram, com uma coisa levando a outra.
16. (CTm) Quando penso ou falo nas experiências do meu passado, consigo ver temas [?] sobre o tipo de pessoa que sou.

17. (CTm) Consigo aperceber-me de temas comuns sobre quem sou ao longo de memórias da minha vida.

18. (CTm) Reparo em temas nas memórias pessoais da minha vida que se relacionam com o tipo de pessoa que sou.

19. (CTm) Quando recordo acontecimentos e experiências ao longo da minha vida, consigo ver padrões consistentes na forma como penso, sinto e atuo.

20. (CTm) Existem temas claros que se relacionam com quem eu sou que podem ser vistos nas minhas memórias pessoais.

Time Integration Questionnaire

Questionário sobre a Integração Temporal

1. (S) Os acontecimentos fluem tão depressa que não os consigo apanhar.
2. (S) Não consigo compreender o todo da minha vida de modo nenhum.
3. (S) Há alturas em que as coisas me parecem de um modo e, depois, de outro.
4. (I) Há um objetivo claro em tudo o que faço.
5. (I) Todos os dias têm que ser preenchidos com algo útil.
6. (S) Quando tenho que fazer algo urgentemente, fico completamente perdido / perdida.
7. (S) Para mim, o tempo parece passar de modo intermitente.
8. (I) Quando reflito sobre a minha vida, vejo que tenho sempre progredido em algumas áreas.
9. (S) Geralmente, só depois compreendo o significado do comportamento das pessoas.
10. (S) Às vezes, os meus pensamentos correm de tal modo que não os consigo juntar.
11. (S) Tenho tendência para alternar de humor, de um oposto para outro.
12. (I) Acontecimentos esperados nunca demoram. [?]
13. (I) Sinto que já sou adulto.
14. (S) Algumas memórias ou impressões invadem-me de modo tão súbito que me sinto completamente perdido / perdida.
15. (I) Tudo o que aparece nos meus pensamentos está integrado.
16. (I) Não me deixo regredir em nada.
17. Lembro-me de tudo o que me aconteceu antes de nascer.
18. (S) Frequentemente, sei o que fazer, mas não quando o devo fazer.
19. (S) Não consigo fazer com que as minhas memórias desagradáveis desapareçam.

20. (S) Muitas das minhas atitudes anteriores estavam erradas.
21. (I) O tempo corre em intervalos regulares.
22. (S) Não consigo resistir ao hábito de reagir precipitadamente.
23. (I) Gosto de pensar em tudo antecipadamente.
24. (S) A minha concepção das coisas oscila de um lado para o outro, completamente oposto.
25. (S) A minha vida ocorre em períodos que não estão suficientemente ligados.
26. (I) Cumpro os meus deveres regularmente.
27. (S) A instabilidade dos meus sentimentos e pensamentos já me preocupa.
28. (I) Nunca é demasiado tarde para corrigir algo ou fazê-lo melhor.
29. (S) Tiro conclusões precipitadas.
30. (S) Frequentemente, repito um único pensamento ou ação.
31. (S) Às vezes, ocorre um corte inexplicável nos meus pensamentos.
32. (I) Para mim, os acontecimentos fluem sempre numa ordem regular e em sucessão.
33. (I) Tento prolongar os momentos agradáveis.
34. (S) Não consigo agarrar aquele “agora” que parece estar tão próximo.
35. (S) Não consigo ser constante de modo algum.
36. (S) Acontece-me repetir ações desnecessárias sucessivamente.
37. (I) Aquilo que considero de modo claro permanece assim para sempre.
38. (I) Há coisas que só aparecem nos meus pensamentos quando quero que elas apareçam.
39. Numa ocasião, dormi vinte dias de seguida.
40. (I) Acabo tudo o que começo.
41. (I) Os meus sentimentos, atitudes e objetivos são permanentes.
42. (I) Apenas julgo as coisas quando estou certo / certa delas.

Anexo 16 – Tradução do TIQ e ANIQ (Tradutora 2)

Awareness of Narrative Identity Questionnaire

Questionário sobre a Consciência da Identidade Narrativa

1. As minhas memórias são como histórias que me ajudam a compreender a minha identidade.
2. Uso as minhas histórias sobre a minha vida para descobrir que tipo de pessoa sou.
3. As experiências do meu passado constroem a narrativa de quem sou.
4. A minha noção de mim mesmo/a está enraizada nas memórias da minha vida.
5. Quando penso sobre a minha vida, noto que há uma narrativa que me diz quem sou.
6. Consigo ordenar os eventos da minha vida pela ordem em que aconteceram.
7. Saber a ordem pela qual os eventos da minha vida aconteceram é fácil para mim.
8. Quando penso sobre as experiências que tenho tido, sei quando é que elas aconteceram na minha vida.
9. Conheço bem a sequência pela qual aconteceram os eventos e as experiências na minha vida.
10. Quando penso sobre as experiências do meu passado, tenho facilidade em lembrar-me do que aconteceu antes e depois delas.
11. Percebo como é que a narrativa da minha vida se tem desenrolado.
12. Percebo como é que as minhas experiências de vida estão associadas umas às outras.
13. Coisas que têm acontecido ao longo da minha vida estão ligadas de forma pertinente.
14. Tenho consciência da forma como os eventos da minha vida estão interligados.
15. Percebo como ocorreram as minhas experiências de vida, com uma coisa a levar a outra.
16. Quando penso ou falo sobre as experiências do meu passado, consigo distinguir os temas que me dizem que tipo de pessoa sou.
17. Consigo distinguir temas recorrentes acerca do tipo de pessoa que sou nas minhas memórias de vida.
18. Nas memórias pessoais da minha vida vejo temas que estão relacionados com o tipo de pessoa que sou.

19. Quando recordo eventos e experiências que vivi ao longo da vida, noto que há padrões consistentes na forma como penso, sinto e ajo.

20. Existem temas claros referentes a quem sou que podem ser encontrados nas minhas memórias pessoais.

Time Integration Questionnaire

Questionário sobre a Integração Temporal

1. Os acontecimentos fluem tão rapidamente que não os consigo acompanhar.
2. De modo nenhum consigo compreender a magnitude de toda a minha vida.
3. Às vezes as coisas têm um significado numa altura e depois outro noutras.
4. Existe um objetivo claro em tudo o que faço.
5. Todos os dias têm de ser preenchidos com alguma coisa útil.
6. Quando tenho de fazer alguma coisa com urgência, fico completamente perdido/a.
7. Parece que o tempo passa de forma descontínua.
8. Quando olho para trás, reparo que tenho estado sempre a progredir em algumas coisas.
9. Normalmente só compreendo o comportamento de alguém passado um tempo.
10. Às vezes os meus pensamentos fluem tão rapidamente que não os consigo acompanhar.
11. Tenho tendência para mudar para estados de espírito opostos de forma alternada.
12. Acontecimentos que antecipava acabam mesmo por acontecer.
13. Sinto que atingi a maioridade.
14. Algumas memórias ou impressões invadem-me tão repentinamente que fico perdido/a.
15. Tudo o que aparece nos meus pensamentos é integrado.
16. Não me permito regredir em nada.
17. Lembro-me de tudo o que me aconteceu antes de nascer.
18. Na maior parte das vezes sei o que fazer mas não sei quando.
19. Não consigo fazer desaparecer as memórias desagradáveis.
20. Muitas das atitudes e ações que às vezes tomei estavam erradas.
21. O tempo flui em intervalos regulares.
22. Não consigo deixar de reagir de forma improvisada.
23. Gosto de pensar previamente em tudo.
24. A minha noção das coisas altera-se de um lado para um outro completamente oposto.

25. A minha vida decorre em períodos que não estão suficientemente ligados.
26. Cumpro os meus deveres regularmente.
27. A instabilidade dos meus sentimentos e pensamentos começa a preocupar-me.
28. Nunca é tarde para corrigir alguma coisa ou fazê-la melhor.
29. Chego a conclusões muito precipitadamente.
30. Muitas vezes repito um só pensamento ou ação.
31. Às vezes sinto quebras de pensamento inexplicáveis.
32. Para mim os acontecimentos decorrem numa sequência regular.
33. Tento prolongar momentos agradáveis.
34. Não consigo apanhar/atingir/alcançar aquele “agora” que parece tão perto.
35. Nunca consigo ser consistente.
36. Acontece-me repetir sucessivamente ações desnecessárias.
37. Tudo o que pondero criteriosamente permanece inalterável.
38. Há coisas que só aparecem nos meus pensamentos quando quero que apareçam.
39. Uma vez dormi durante vinte dias consecutivos.
40. Acabo tudo o que começo.
41. Os meus sentimentos, atitudes e objetivos são permanentes/constantemente.
42. Só julgo as coisas quando tenho a certeza delas.

Anexo 17 – Versão Provisória da Tradução do TIQ

Questionário sobre a Integração Temporal

1. Os acontecimentos fluem tão depressa que não os consigo acompanhar.
2. Não consigo compreender a magnitude da minha vida.
3. Às vezes, há coisas que me parecem ser de uma determinada maneira, e outras vezes, doutra.
4. Existe um objetivo claro em tudo o que faço.
5. Todos os dias têm que ser preenchidos com alguma coisa útil.
6. Quando tenho que fazer alguma coisa com urgência, fico completamente perdido/a.
7. Para mim, parece que o tempo passa de forma descontínua.
8. Quando reflito sobre a minha vida, vejo que tenho estado sempre a progredir em alguma coisa.
9. Normalmente, só passado algum tempo consigo compreender o significado do comportamento de alguém.
10. Às vezes os meus pensamentos fluem tão rapidamente que não os consigo acompanhar.
11. Tenho tendência para alternar de humor, de um oposto para outro.
12. Acontecimentos que antecipava acabam mesmo por acontecer
13. Sinto que já atingi a maioridade.
14. Algumas memórias ou impressões invadem-me tão repentinamente que me sinto completamente perdido / perdida.
15. Os meus pensamentos são todos integrados.
16. Não me permito regredir em nada.
17. Lembro-me de tudo o que me aconteceu antes de nascer.
18. Frequentemente, sei o que fazer, mas não sei quando.
19. Não consigo fazer desaparecer as minhas memórias desagradáveis.
20. Muitas das atitudes e ações que tomei estavam erradas.
21. O tempo flui em intervalos regulares.
22. Não consigo deixar de reagir de forma improvisada.
23. Gosto de pensar em tudo antecipadamente.
24. A minha conceção das coisas oscila de um lado para o outro, completamente oposto.

25. A minha vida decorre em períodos que não estão suficientemente ligados.
26. Cumpro os meus deveres regularmente.
27. A instabilidade dos meus sentimentos e pensamentos começa a preocupar-me.
28. Nunca é demasiado tarde para corrigir alguma coisa ou fazê-la melhor.
29. Tiro conclusões precipitadas.
30. Muitas vezes, acabo por repetir um único pensamento ou ação.
31. Às vezes, sinto quebras de pensamento inexplicáveis.
32. Para mim, os acontecimentos fluem sempre numa sequência regular e em sucessão.
33. Tento prolongar momentos agradáveis.
34. Não consigo alcançar aquele “agora” que parece estar tão próximo.
35. Nunca consigo ser consistente.
36. Acontece-me repetir ações desnecessárias sucessivamente.
37. Aquilo em que penso de modo claro permanece assim para sempre.
38. Há coisas que só aparecem nos meus pensamentos quando quero que elas apareçam.
39. Uma vez dormi durante vinte dias consecutivos.
40. Acabo tudo o que começo.
41. Os meus sentimentos, atitudes e objetivos são constantes.
42. Só julgo as coisas quando estou certo/a delas.

Anexo 18 – Versão Final da Adaptação de Estudo do ANIQ (Falcão, 2021)

Questionário sobre a Consciência da Identidade Narrativa

Todos recordamos memórias sobre as experiências que temos tido ao longo da vida. Por vezes, essas memórias podem servir para criar histórias sobre a nossa vida. As frases que se seguem dizem respeito à forma como pode utilizar essas memórias para perceber quem tem sido, quem é, e quem espera ser um dia.

Para responder às seguintes afirmações, escolha numa escala de 0 (discordo completamente) a 10 (concordo completamente), com um maior valor a corresponder a uma maior concordância, o valor que melhor corresponde à sua experiência. Tente responder de forma global, em relação à maneira como normalmente sente as suas memórias pessoais, em vez de as tentar relacionar com circunstâncias ou experiências específicas.

1. As minhas memórias são como histórias que me ajudam a compreender a minha identidade.
2. Uso as minhas histórias sobre a minha vida para me ajudar a perceber que tipo de pessoa sou.
3. As experiências do meu passado constroem a história de quem eu sou.
4. A minha noção de mim mesmo/a está enraizada nas memórias da minha vida.
5. Quando reflito sobre a minha vida, consigo ver como existe uma história que me diz quem sou.
6. Consigo ordenar os eventos da minha vida pela ordem em que aconteceram.
7. Saber a ordem pela qual os eventos da minha vida aconteceram é fácil para mim.
8. Quando penso sobre as experiências que tenho tido, sei quando é que elas ocorreram na minha vida.
9. Conheço bem a sequência pela qual ocorreram os eventos e os acontecimentos na minha vida.
10. Quando penso nas experiências do meu passado, é fácil lembrar-me do que aconteceu antes e depois delas.
11. Compreendo como é que a história da minha vida se tem desenrolado.
12. Compreendo como é que as experiências da minha vida estão associadas umas às outras.

13. As coisas que têm acontecido ao longo da minha vida estão ligadas de modo significativo.

14. Tenho consciência do modo como os acontecimentos da minha vida estão inter-relacionados.

15. Consigo compreender como ocorreram as experiências da minha vida, com uma coisa a levar à outra.

16. Quando penso ou falo nas experiências do meu passado, consigo distinguir temas que me dizem que tipo de pessoa sou.

17. Consigo aperceber-me de temas recorrentes sobre quem sou ao longo de memórias da minha vida.

18. Nas memórias pessoais da minha vida reparo em temas que se relacionam com o tipo de pessoa que sou.

19. Quando recordo acontecimentos e experiências ao longo da minha vida, consigo ver padrões consistentes na forma como penso, sinto e ajo.

20. Nas minhas memórias pessoais, existem temas claros referentes a quem eu sou.

Anexo 19 – Back Translation (Tradutor 3)

Questionário sobre a Consciência da Identidade Narrativa

1. As minhas memórias são como histórias que me ajudam a compreender a minha identidade.

My memories are like stories that help me understand my identity.

2. Uso as minhas histórias sobre a minha vida para me ajudar a perceber que tipo de pessoa sou.

I use the stories about my life to help me understand what kind of person I am.

3. As experiências do meu passado constroem a história de quem eu sou

My past experiences build the story of who I am.

4. A minha noção de mim mesmo/a está enraizada nas memórias da minha vida.

My notion of myself is rooted in the memories of my life.

5. Quando reflito sobre a minha vida, consigo ver como existe uma história que me diz

quem sou.

When I reflect on my life, I can see there's a story that tells me who I am.

6. Consigo ordenar os eventos da minha vida pela ordem em que aconteceram.

I can arrange the events of my life in the order in which they happened.

7. Saber a ordem pela qual os eventos da minha vida aconteceram é fácil para mim.

Knowing when the events in my life happened is easy for me.

8. Quando penso sobre as experiências que tenho tido, sei quando é que elas ocorreram

na minha vida.

When I think about my experiences, I know when they happened.

9. Conheço bem a sequência pela qual ocorreram os eventos e os acontecimentos na minha vida.

I know the sequence of things that have happened in my life well.

10. Quando penso nas experiências do meu passado, é fácil lembrar-me do que aconteceu antes e depois delas.

When I think about my past experiences, it's easy to remember what happened before and after them.

11. Compreendo como é que a história da minha vida se tem desenrolado.

I understand how my life story has unfolded.

12. Compreendo como é que as experiências da minha vida estão associadas umas às outras.

I see how my experiences are connected.

13. As coisas que têm acontecido ao longo da minha vida estão ligadas de modo significativo.

There's a significant connection between the things that have happened throughout my life.

14. Tenho consciência do modo como os acontecimentos da minha vida estão inter-relacionados.

I'm aware of how the events in my life are interrelated.

15. Consigo compreender como ocorreram as experiências da minha vida, com uma coisa a levar à outra.

I can see how each of my experiences has led to another.

16. Quando penso ou falo nas experiências do meu passado, consigo distinguir temas que me dizem que tipo de pessoa sou.

When I think or talk about my past experiences, I can see aspects that tell me what kind of person I am.

17. Consigo aperceber-me de temas recorrentes sobre quem sou ao longo de memórias da minha vida.

I can see recurring themes about who I am throughout my memories.

18. Nas memórias pessoais da minha vida reparo em temas que se relacionam com o tipo de pessoa que sou.

I notice in my personal memories aspects relating to the type of person I am.

19. Quando recordo acontecimentos e experiências ao longo da minha vida, consigo ver padrões consistentes na forma como penso, sinto e ajo.

When I recall events and experiences throughout my life, I can see consistent patterns in the way I think, feel and act.

20. Nas minhas memórias pessoais, existem temas claros referentes a quem eu sou.

My personal memories have clear signs of who I am.

Questionário sobre a Integração Temporal

1. Os acontecimentos fluem tão depressa que não os consigo acompanhar.

Things happen so quickly that I can't keep up.

2. Não consigo compreender a magnitude da minha vida.

I can't understand the magnitude of my life.

3. Às vezes, há coisas que me parecem ser de uma determinada maneira, e outras vezes,

doutra.

There are things that sometimes seem to me to be one way and, at other times, another.

4. Existe um objetivo claro em tudo o que faço.

Everything I do has a clear aim.

5. Todos os dias têm que ser preenchidos com alguma coisa útil.

Every day has to have something useful.

6. Quando tenho que fazer alguma coisa com urgência, fico completamente perdido/a.

When I have to do something in a hurry, I get totally lost.

7. Para mim, parece que o tempo passa de forma descontínua.

It seems to me that time passes sporadically.

8. Quando reflito sobre a minha vida, vejo que tenho estado sempre a progredir em alguma coisa.

When I reflect on my life, I see that I've always been making progress in something.

9. Normalmente, só passado algum tempo consigo compreender o significado do comportamento de alguém.

It's usually only after a while that I can understand what someone's behaviour means.

10. Às vezes os meus pensamentos fluem tão rapidamente que não os consigo acompanhar.

Sometimes my thoughts run so quickly that I can't keep up.

11. Tenho tendência para alternar de humor, de um oposto para outro.

My moods tend to swing from one extreme to the other.

12. Acontecimentos que antecipava acabam mesmo por acontecer.

Events I've anticipated end up actually happening.

13. Sinto que já atingi a maioridade.

I feel like I've reached the age of majority.

14. Algumas memórias ou impressões invadem-me tão repentinamente que me sinto completamente perdido / perdida.

Some memories or impressions come over me so suddenly that I feel completely lost.

15. Os meus pensamentos são todos integrados.

My thoughts are fully integrated.

16. Não me permito regredir em nada.

I never allow myself to go backwards.

17. Lembro-me de tudo o que me aconteceu antes de nascer.

I remember everything that happened to me before I was born.

18. Frequentemente, sei o que fazer, mas não sei quando.

I often know what to do, but not when to do it.

19. Não consigo fazer desaparecer as minhas memórias desagradáveis.

I can't make my unpleasant memories disappear.

20. Muitas das atitudes e ações que tomei estavam erradas.

Many of my attitudes and actions have been wrong.

21. O tempo flui em intervalos regulares.

Time flows in regular intervals.

22. Não consigo deixar de reagir de forma improvisada.

I can't help being spontaneous.

23. Gosto de pensar em tudo antecipadamente.

I always like to think ahead.

24. A minha conceção das coisas oscila de um lado para o outro, completamente oposto.

My conception of things swings from one extreme to the other.

25. A minha vida decorre em períodos que não estão suficientemente ligados.

My life has periods that are not sufficiently connected.

26. Cumpro os meus deveres regularmente.

I carry out my duties regularly.

27. A instabilidade dos meus sentimentos e pensamentos começa a preocupar-me.

The instability of my thoughts and feelings is beginning to worry me.

28. Nunca é demasiado tarde para corrigir alguma coisa ou fazê-la melhor.

It's never too late to correct or do something better.

29. Tiro conclusões precipitadas.

I jump to conclusions.

30. Muitas vezes, acabo por repetir um único pensamento ou ação.

I often end up repeating a particular thought or action.

31. Às vezes, sinto quebras de pensamento inexplicáveis.

My thought process sometimes breaks down inexplicably.

32. Para mim, os acontecimentos fluem sempre numa sequência regular e em sucessão.

For me, events always flow in a regular and successive sequence.

33. Tento prolongar momentos agradáveis.

I try to prolong pleasant moments.

34. Não consigo alcançar aquele “agora” que parece estar tão próximo.

I can't get to that “now” that seems so close.

35. Nunca consigo ser consistente.

I can never be consistent.

36. Acontece-me repetir ações desnecessárias sucessivamente.

I'm always repeating unnecessary actions.

37. Aquilo em que penso de modo claro permanece assim para sempre.

What I think about clearly remains so forever.

38. Há coisas que só aparecem nos meus pensamentos quando quero que elas apareçam.

There are things that only come up in my thoughts when I want them to.

39. Uma vez dormi durante vinte dias consecutivos.

I once slept for twenty days straight.

40. Acabo tudo o que começo.

I finish everything I start.

41. Os meus sentimentos, atitudes e objetivos são constantes.

I'm constant in my feelings, attitudes and aims.

42. Só julgo as coisas quando estou certo/a delas.

I only judge things when I'm sure of them.

Anexo 20 – Back Translation (Tradutora 4)

Questionário sobre a Consciência da Identidade Narrativa

1. As minhas memórias são como histórias que me ajudam a compreender a minha identidade.

My memories are like stories that help me understand my identity.

2. Uso as minhas histórias sobre a minha vida para me ajudar a perceber que tipo de pessoa sou.

I use the stories about my life in order to understand what kind of person I am.

3. As experiências do meu passado constroem a história de quem eu sou.

My past experiences make up the story of who I am.

4. A minha noção de mim mesmo/a está enraizada nas memórias da minha vida.

My self-concept is rooted in the memories of my life.

5. Quando reflito sobre a minha vida, consigo ver como existe uma história que me diz quem sou.

When I reflect upon my life, I can see how there is a story which tells me who I am.

6. Consigo ordenar os eventos da minha vida pela ordem em que aconteceram.

I am able to organise the events in my life chronologically.

7. Saber a ordem pela qual os eventos da minha vida aconteceram é fácil para mim.

I find it easy to remember the order in which the events in my life occurred.

8. Quando penso sobre as experiências que tenho tido, sei quando é que elas ocorreram na minha vida.

When I think about the experiences I have had, I can tell when they happened in my life.

9. Conheço bem a sequência pela qual ocorreram os eventos e os acontecimentos na minha vida.

I know very well the order in which events and situations occurred in my life.

10. Quando penso nas experiências do meu passado, é fácil lembrar-me do que aconteceu antes e depois delas.

When I think about my past experiences, I find it easy to remember what happened before and after them.

11. Compreendo como é que a história da minha vida se tem desenrolado.

I understand how the story of my life has unfolded.

12. Compreendo como é que as experiências da minha vida estão associadas umas às outras.

I understand how my life experiences are associated with one another.

13. As coisas que têm acontecido ao longo da minha vida estão ligadas de modo significativo.

The things that have happened throughout my life are interrelated in a significant way.

14. Tenho consciência do modo como os acontecimentos da minha vida estão inter-relacionados.

I am aware of how the events in my life are interrelated.

15. Consigo compreender como ocorreram as experiências da minha vida, com uma coisa a levar à outra.

I am able to understand how my life experiences have occurred, with one thing leading to another.

16. Quando penso ou falo nas experiências do meu passado, consigo distinguir temas que me dizem que tipo de pessoa sou.

When I think or speak about my past experiences, I can discern themes which tell me what kind of person I am.

17. Consigo aperceber-me de temas recorrentes sobre quem sou ao longo de memórias da minha vida.

I can discern recurrent themes about who I am in the memories of my life.

18. Nas memórias pessoais da minha vida reparo em temas que se relacionam com o tipo de pessoa que sou.

In the personal memories of my life I can perceive themes related to the kind of person I am.

19. Quando recordo acontecimentos e experiências ao longo da minha vida, consigo ver padrões consistentes na forma como penso, sinto e ajo.

When I recall events and experiences from my life, I can perceive consistent patterns in the way I think, feel, and behave.

20. Nas minhas memórias pessoais, existem temas claros referentes a quem eu sou. In my personal memories there are distinct themes referring to who I am.

Questionário sobre a Integração Temporal

1. Os acontecimentos fluem tão depressa que não os consigo acompanhar.

Events go by so fast that I cannot keep up with them.

2. Não consigo compreender a magnitude da minha vida.

I am unable to comprehend the magnitude of my life.

3. Às vezes, há coisas que me parecem ser de uma determinada maneira, e outras vezes, doutra.

There are things I sometimes see in a certain way, and at other times, in another way.

4. Existe um objetivo claro em tudo o que faço.

There is a clear purpose in everything I do.

5. Todos os dias têm que ser preenchidos com alguma coisa útil.

Every single day has to be taken up with something useful.

6. Quando tenho que fazer alguma coisa com urgência, fico completamente perdido/a.

When I have to do anything urgently, I feel completely lost.

7. Para mim, parece que o tempo passa de forma descontínua.

It seems to me that time goes by in an intermittent manner.

8. Quando reflito sobre a minha vida, vejo que tenho estado sempre a progredir em alguma coisa.

When I reflect upon my life, I see that I have always been evolving somehow.

9. Normalmente, só passado algum tempo consigo compreender o significado do comportamento de alguém.

Usually I can only understand the meaning of someone's behaviour some time later.

10. Às vezes os meus pensamentos fluem tão rapidamente que não os consigo acompanhar.

Sometimes my thoughts go by so fast that I cannot keep up with them.

11. Tenho tendência para alternar de humor, de um oposto para outro.

I am prone to mood swings, going from one extreme to another.

12. Acontecimentos que antecipava acabam mesmo por acontecer.

Events I have anticipated end up happening.

13. Sinto que já atingi a maioridade.

I feel I have come of age.

14. Algumas memórias ou impressões invadem-me tão repentinamente que me sinto completamente perdido / perdida.

Some memories or sensations take hold of me so suddenly that I feel completely lost.

15. Os meus pensamentos são todos integrados.

My thoughts are ...

16. Não me permito regredir em nada.

I won't allow myself to go back in anything.

17. Lembro-me de tudo o que me aconteceu antes de nascer.

I remember everything that happened to me before I was born.

18. Frequentemente, sei o que fazer, mas não sei quando.

I often know what to do but not when to do it.

19. Não consigo fazer desaparecer as minhas memórias desagradáveis.

I cannot make my unpleasant memories go away.

20. Muitas das atitudes e ações que tomei estavam erradas.

Many of the attitudes and actions I took were wrong.

21. O tempo flui em intervalos regulares.

Time goes by at regular intervals.

22. Não consigo deixar de reagir de forma improvisada.

I cannot help reacting in an impromptu way.

23. Gosto de pensar em tudo antecipadamente.

I like to think about everything ahead of time.

24. A minha conceção das coisas oscila de um lado para o outro, completamente oposto.

My conception of things sways from one side to the other, completely opposite.

25. A minha vida decorre em períodos que não estão suficientemente ligados.

My life goes on at times not sufficiently connected.

26. Cumpro os meus deveres regularmente.

I do my chores regularly.

27. A instabilidade dos meus sentimentos e pensamentos começa a preocupar-me.

The instability of my feelings and thoughts begins to worry me.

28. Nunca é demasiado tarde para corrigir alguma coisa ou fazê-la melhor.

It is never too late to amend something or do it better.

29. Tiro conclusões precipitadas.

I jump to conclusions.

30. Muitas vezes, acabo por repetir um único pensamento ou ação.

I often repeat a single thought or action.

31. Às vezes, sinto quebras de pensamento inexplicáveis.

I sometimes feel an inexplicable loss of awareness of thought.

32. Para mim, os acontecimentos fluem sempre numa sequência regular e em sucessão.

To my mind, events always go by in a regular sequence one after the other.

33. Tento prolongar momentos agradáveis.

I try to prolong enjoyable moments.

34. Não consigo alcançar aquele “agora” que parece estar tão próximo.

I am unable to reach that “now moment” which seems to be so close.

35. Nunca consigo ser consistente.

I am unable to be consistent.

36. Acontece-me repetir ações desnecessárias sucessivamente.

I happen to repeat unnecessary actions over and over again.

37. Aquilo em que penso de modo claro permanece assim para sempre.

What I think about in a clear way remains clear forever.

38. Há coisas que só aparecem nos meus pensamentos quando quero que elas apareçam.

There are things that only come to my mind when I want them to.

39. Uma vez dormi durante vinte dias consecutivos.

Once I slept for twenty days in a row.

40. Acabo tudo o que começo.

I finish everything I start.

41. Os meus sentimentos, atitudes e objetivos são constantes.

My feelings, attitudes, and objectives are unchanging.

42. Só julgo as coisas quando estou certo/a delas.

I only judge things when I am certain about them.

Anexo 21 – Back Translations – Versões enviadas aos autores

The Awareness of Narrative Identity Questionnaire

Back translation

1. As minhas memórias são como histórias que me ajudam a compreender a minha identidade.

My memories are like stories that help me understand my identity.

2. Uso as minhas histórias sobre a minha vida para me ajudar a perceber que tipo de pessoa sou.

I use the stories about my life to help me understand what kind of person I am.

3. As experiências do meu passado constroem a história de quem eu sou

My past experiences make up the story of who I am.

4. A minha noção de mim mesmo/a está enraizada nas memórias da minha vida.

My self-concept is rooted in the memories of my life.

5. Quando reflito sobre a minha vida, consigo ver como existe uma história que me diz quem sou.

When I reflect upon my life, I can see how there is a story which tells me who I am.

6. Consigo ordenar os eventos da minha vida pela ordem em que aconteceram.

I can arrange the events of my life in the order in which they happened.

7. Saber a ordem pela qual os eventos da minha vida aconteceram é fácil para mim.

I find it easy to remember the order in which the events in my life occurred.

8. Quando penso sobre as experiências que tenho tido, sei quando é que elas ocorreram na minha vida.

When I think about the experiences I have had, I can tell when they happened in my life.

9. Conheço bem a sequência pela qual ocorreram os eventos e os acontecimentos na minha vida.

I know very well the order in which events and situations occurred in my life.

10. Quando penso nas experiências do meu passado, é fácil lembrar-me do que aconteceu antes e depois delas.

When I think about my past experiences, I find it easy to remember what happened before and after them.

11. Compreendo como é que a história da minha vida se tem desenrolado.

I understand how the story of my life has unfolded.

12. Compreendo como é que as experiências da minha vida estão associadas umas às outras.

I understand how my life experiences are associated with one another.

13. As coisas que têm acontecido ao longo da minha vida estão ligadas de modo significativo.

There's a significant connection between the things that have happened throughout my life.

14. Tenho consciência do modo como os acontecimentos da minha vida estão inter-relacionados.

I am aware of how the events in my life are interrelated.

15. Consigo compreender como ocorreram as experiências da minha vida, com uma coisa a levar à outra.

I am able to understand how my life experiences have occurred, with one thing leading to another.

16. Quando penso ou falo nas experiências do meu passado, consigo distinguir temas que me dizem que tipo de pessoa sou.

When I think or speak about my past experiences, I can discern themes which tell me what kind of person I am.

17. Consigo aperceber-me de temas recorrentes sobre quem sou ao longo de memórias da minha vida.

I can discern recurrent themes about who I am in the memories of my life.

18. Nas memórias pessoais da minha vida reparo em temas que se relacionam com o tipo de pessoa que sou.

In the personal memories of my life I can perceive themes related to the kind of person I am.

19. Quando recordo acontecimentos e experiências ao longo da minha vida, consigo ver padrões consistentes na forma como penso, sinto e ajo.

When I recall events and experiences throughout my life, I can see consistent patterns in the way I think, feel and act.

20. Nas minhas memórias pessoais, existem temas claros referentes a quem eu sou.

In my personal memories there are distinct themes referring to who I am.

Temporal Integration Questionnaire

Back Translation from Portuguese

1. Os acontecimentos fluem tão depressa que não os consigo acompanhar.

Events go by so fast that I cannot keep up with them.

2. Não consigo compreender a magnitude da minha vida.

I am unable to comprehend the magnitude of my life.

3. Às vezes, há coisas que me parecem ser de uma determinada maneira, e outras vezes, doutra.

There are things I sometimes see in a certain way, and at other times, in another way.

4. Existe um objetivo claro em tudo o que faço.

There is a clear purpose in everything I do.

5. Todos os dias têm que ser preenchidos com alguma coisa útil.

Every single day has to be taken up with something useful.

6. Quando tenho que fazer alguma coisa com urgência, fico completamente perdido/a.

When I have to do anything urgently, I feel completely lost.

7. Para mim, parece que o tempo passa de forma descontínua.

It seems to me that time goes by in an intermittent manner.

8. Quando reflito sobre a minha vida, vejo que tenho estado sempre a progredir em alguma coisa.

When I reflect on my life, I see that I've always been making progress in something.

9. Normalmente, só passado algum tempo consigo compreender o significado do comportamento de alguém.

Usually I can only understand the meaning of someone's behavior some time later.

10. Às vezes os meus pensamentos fluem tão rapidamente que não os consigo acompanhar.

Sometimes my thoughts run so quickly that I can't keep up with them.

11. Tenho tendência para alternar de humor, de um oposto para outro.

My moods tend to swing from one extreme to the other.

12. Acontecimentos que antecipava acabam mesmo por acontecer.

Events I've anticipated end up actually happening.

13. Sinto que já atingi a maioridade.

I feel I have come of age.

14. Algumas memórias ou impressões invadem-me tão repentinamente que me sinto completamente perdido/a.

Some memories or impressions come over me so suddenly that I feel completely lost.

15. Tudo o que surge nos meus pensamentos está interligado.

My thoughts are fully integrated.

16. Não me permito regredir em nada.

I won't allow myself to go back in anything.

17. Lembro-me de tudo o que me aconteceu antes de nascer.

I remember everything that happened to me before I was born.

18. Frequentemente, sei o que fazer, mas não sei quando.

I often know what to do, but not when to do it.

19. Não consigo fazer desaparecer as minhas memórias desagradáveis.

I can't make my unpleasant memories disappear.

20. Muitas das atitudes e ações que tomei estavam erradas.

Many of my attitudes and actions have been wrong.

21. O tempo flui em intervalos regulares.

Time flows in regular intervals.

22. Não consigo deixar de reagir de forma improvisada.

I cannot help reacting in an impromptu way.

23. Gosto de pensar em tudo antecipadamente.

I always like to think ahead.

24. A minha conceção das coisas oscila de um lado para o outro, completamente oposto.

My conception of things swings from one extreme to the other.

25. A minha vida decorre em períodos que não estão suficientemente ligados.

My life has periods that are not sufficiently connected.

26. Cumpro os meus deveres regularmente.

I carry out my duties regularly.

27. A instabilidade dos meus sentimentos e pensamentos começa a preocupar-me.

The instability of my thoughts and feelings is beginning to worry me.

28. Nunca é demasiado tarde para corrigir alguma coisa ou fazê-la melhor.

It's never too late to correct or do something better.

29. Tiro conclusões precipitadas.

I jump to conclusions.

30. Muitas vezes, acabo por repetir um único pensamento ou ação.

I often repeat a single thought or action.

31. Às vezes, sinto quebras de pensamento inexplicáveis.

My thought process sometimes breaks down inexplicably.

32. Para mim, os acontecimentos fluem sempre numa sequência regular e em sucessão.

For me, events always flow in a regular and successive sequence.

33. Tento prolongar momentos agradáveis.

I try to prolong pleasant moments.

34. Não consigo alcançar aquele “agora” que parece estar tão próximo.

I can't get to that "now" that seems so close.

35. Nunca consigo ser consistente.

I can never be consistent.

36. Acontece-me repetir ações desnecessárias sucessivamente.

I'm always repeating unnecessary actions.

37. Aquilo em que penso de modo claro permanece assim para sempre.

What I think about clearly remains so forever.

38. Há coisas que só aparecem nos meus pensamentos quando quero que elas apareçam.

There are things that only come up in my thoughts when I want them to.

39. Uma vez dormi durante vinte dias consecutivos.

I once slept for twenty days straight.

40. Acabo tudo o que começo.

I finish everything I start.

41. Os meus sentimentos, atitudes e objetivos são constantes.

My feelings, attitudes, and objectives are unchanging.

42. Só julgo as coisas quando estou certo/a delas.

I only judge things when I am certain about them.

Anexo 22 – Versão Final da Adaptação de Estudo do TIQ (Falcão, 2021)

Questionário sobre a Integração Temporal

Este questionário consiste em 42 afirmações. Leia cada uma com atenção e responda da seguinte maneira

- Escolha “Discordo completamente” se discorda completamente da afirmação ou se esta corresponde a uma descrição completamente errada de si;

- Escolha “Discordo” se discorda da afirmação ou se esta corresponde a uma descrição errada de si;

- Escolha “Incerto” se não consegue decidir, ou se a afirmação corresponde a uma descrição igualmente errada e correta de si;

- Escolha “Concordo” se concorda com a afirmação, ou se esta corresponde a uma descrição correta de si;

- Escolha “Concordo totalmente” se concorda fortemente com a afirmação, ou se esta corresponde a uma descrição muito correta de si.

1. Os acontecimentos fluem tão depressa que não os consigo acompanhar.
2. Não consigo compreender a magnitude da minha vida.
3. Às vezes, há coisas que me parecem ser de uma determinada maneira, e outras vezes, doutra.
4. Existe um objetivo claro em tudo o que faço.
5. Todos os dias têm que ser preenchidos com alguma coisa útil.
6. Quando tenho que fazer alguma coisa com urgência, fico completamente perdido/a.
7. Para mim, parece que o tempo passa de forma descontínua.
8. Quando reflito sobre a minha vida, vejo que tenho estado sempre a progredir em alguma coisa.
9. Normalmente, só passado algum tempo consigo compreender o significado do comportamento de alguém.
10. Às vezes os meus pensamentos fluem tão rapidamente que não os consigo acompanhar.
11. Tenho tendência para alternar de humor, de um oposto para outro.
12. Acontecimentos que antecipava acabam mesmo por acontecer.
13. Sinto que já atingi a maioridade.

14. Algumas memórias ou impressões invadem-me tão repentinamente que me sinto completamente perdido/a.
15. Tudo o que surge nos meus pensamentos está interligado.
16. Não me permito regredir em nada.
17. Lembro-me de tudo o que me aconteceu antes de nascer.
18. Frequentemente, sei o que fazer, mas não sei quando.
19. Não consigo fazer desaparecer as minhas memórias desagradáveis.
20. Muitas das atitudes e ações que tomei estavam erradas.
21. O tempo flui em intervalos regulares.
22. Não consigo deixar de reagir de forma improvisada.
23. Gosto de pensar em tudo antecipadamente.
24. A minha conceção das coisas oscila de um lado para outro completamente oposto.
25. A minha vida decorre em períodos que não estão suficientemente ligados.
26. Cumpro os meus deveres regularmente.
27. A instabilidade dos meus sentimentos e pensamentos começa a preocupar-me.
28. Nunca é demasiado tarde para corrigir alguma coisa ou fazê-la melhor.
29. Tiro conclusões precipitadas.
30. Muitas vezes, acabo por repetir um único pensamento ou ação.
31. Às vezes, sinto quebras de pensamento inexplicáveis.
32. Para mim, os acontecimentos fluem sempre numa sequência regular e em sucessão.
33. Tento prolongar momentos agradáveis.
34. Não consigo alcançar aquele “agora” que parece estar tão próximo.
35. Nunca consigo ser consistente.
36. Acontece-me repetir ações desnecessárias sucessivamente.
37. Aquilo em que penso de modo claro permanece assim para sempre.
38. Há coisas que só aparecem nos meus pensamentos quando quero que elas apareçam.
39. Uma vez dormi durante vinte dias consecutivos.
40. Acabo tudo o que começo.
41. Os meus sentimentos, atitudes e objetivos são constantes.
42. Só julgo as coisas quando estou certo/a delas.