



UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA
CENTRO DE CIÊNCIAS HUMANAS, LETRAS E ARTES
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM NEUROCIÊNCIA COGNITIVA E
COMPORTAMENTO LABORATÓRIO DE PESQUISA EM COGNIÇÃO E
COMPORTAMENTO

Thaís Mykaella Pereira da Silva

Memórias autobiográficas e suas relações com a religiosidade/espiritualidade e afetos

João Pessoa-PB

2025

Memórias autobiográficas e suas relações com a religiosidade/espiritualidade e afetos

Dissertação apresentada como requisito parcial para obtenção do título de Mestre em Neurociências para a conclusão da Pós-Graduação em Neurociências e Cognição na Universidade Federal da Paraíba. A pesquisa foi desenvolvida na Linha de Pesquisa: Neurociência Cognitiva Pré-clínica e Clínica.

Orientadora: Profª. Dra. Melyssa Kellyane Cavalcanti Galdino.

João Pessoa-PB

2025

**Catalogação na publicação
Seção de Catalogação e Classificação**

S586m Silva, Thaís Mykaella Pereira da.
Memórias autobiográficas e suas relações com a religiosidade/espiritualidade e afetos / Thaís Mykaella Pereira da Silva. - João Pessoa, 2025.
97 f. : il.

Orientação: Melyssa Kellyane Cavalcanti Galdino.
Dissertação (Mestrado) - UFPB/CCHLA.

1. Emoções - Afetividade. 2. Memórias autobiográficas. 3. Regulação emocional. 4. Religiosidade - Espiritualidade. I. Galdino, Melyssa Kellyane Cavalcanti. II. Título.

UFPB/BC

CDU 159.942(043)



ATA DE DEFESA (DISSERTAÇÃO)

Aos trinta dias do mês de abril de dois mil e vinte e cinco, às 15 horas, em formato remoto (<https://meet.google.com/zns-jmvy-dhq>), reuniram-se em solenidade pública os membros da comissão designada pelo Colegiado do Programa de Pós-graduação em Neurociência Cognitiva e Comportamento para a defesa de dissertação de mestrado da discente **THAIS MYKAELLA PEREIRA DA SILVA**, matrícula 20231013075. Foram componentes da banca examinadora os Professores Doutores: Melyssa Kellyane Cavalcanti Galdino (Presidente/orientadora), Maria José Nunes Gadelha (Membro Interno) e Gustavo Gauer (Membro Externo à Instituição /UFRGS). Dando início aos trabalhos, a presidente da banca, Profa. Melyssa Kellyane Cavalcanti Galdino, após declarar o objetivo da reunião, apresentou a examinanda Thais Mykaella Pereira da Silva e, em seguida, concedeu-lhe a palavra para que defendesse sua pesquisa, intitulada “**Memórias autobiográficas e suas relações com a espiritualidade e afetos**”. Passando então ao aludido tema, a examinanda foi a seguir arguida pelos examinadores na forma regimentar. Ato contínuo passou a comissão, em secreto, a proceder à avaliação e julgamento do trabalho, concluindo por atribuir-lhe o conceito “**APROVADA**”, o qual foi proclamado pela presidência logo que esta foi franqueada ao recinto da solenidade pública. A versão final da dissertação deverá ser depositada em até 90 dias, contendo as modificações sugeridas pela banca examinadora. A discente não terá o título se não cumprir as exigências acima. Nada mais havendo a tratar, eu, **MELYSSA KELLYANE CAVALCANTI GALDINO**, presidente da comissão examinadora, lavrei a presente ata, que depois de lida e aprovada por todos, assino juntamente aos demais membros da banca.

João Pessoa, 30 de abril de 2025.

Documento assinado digitalmente
gov.br THAIS MYKAELLA PEREIRA DA SILVA
Data: 05/05/2025 13:53:31-0300
Verifique em <https://validar.itd.gov.br>

Thaís Mykaella Pereira da Silva (Mestranda/PPGNeC)

Documento assinado digitalmente
gov.br MELYSSA KELLYANE CAVALCANTI GALDINO
Data: 02/05/2025 16:03:47-0300
Verifique em <https://validar.itd.gov.br>

Dra. Melyssa Kellyane Cavalcanti Galdino (Presidente/Orientadora)

Documento assinado digitalmente
gov.br MARIA JOSE NUNES GADELHA
Data: 14/05/2025 17:59:59-0300
Verifique em <https://validar.itd.gov.br>

Dra. Maria José Nunes Gadelha (Membro Interno)

Documento assinado digitalmente
gov.br GUSTAVO GAUER
Data: 20/05/2025 10:54:31-0300
Verifique em <https://validar.itd.gov.br>

Dr. Gustavo Gauer (Membro Externo à Instituição)

Agradecimento

Agradeço a Deus, por ter guiado cada passo de minha vida, que pelo seu amor e graça me mostra os propósitos e significados de minha existência. Sendo meu refúgio sempre.

À minha família. Aos meus pais amados, Ana e Petrônio, que sempre me apoiaram e investiram em minha educação, dedicaram tempo e tudo o que poderiam oferecer. Sem vocês, eu não teria chegado até aqui. Mesmo sem entenderem completamente o que faço, vocês me fazem sentir como uma joia preciosa. Às minhas irmãs, Thalita e Beatriz, que ao longo desses anos trouxeram leveza e alegria aos meus dias de estudo.

Aos meus tios e tias — são tantos — que cuidaram de mim quando pequena e, mesmo à distância, ainda cuidam com carinho. Em especial Karla, Isabel e Célia que sempre estão por perto. Com certeza, vocês evocam memórias autobiográficas muito específicas e especiais em minha vida.

À minha avó paterna, Carmelita, que me ensinou, com seu exemplo de vida e suas histórias, a perseverar e não desistir. À minha avó materna, Eliete, que, mesmo tendo partido, continua sendo essencial para mim. Lembro com carinho dos valores que me ensinou e da sua Bíblia preta com detalhes vermelhos, que tanto despertava minha curiosidade quando criança.

Aos meus queridos amigos e irmãos do grupo Quartos Ventos — Italmar, Iana, Maya, Brenda, Júlio e Lairson —, que estão comigo em uma missão que vai além dos muros da Universidade. Com vocês, pude trazer à memória aquilo que traz esperança, além de compartilhar risos, aprendizados e momentos verdadeiramente inesquecíveis.

Agradeço ao professor Dr. Leandro Sauer, que esteve comigo desde o início da jornada como pesquisadora. À professora Dra. Melyssa Galdino, que me acolheu e aceitou minhas propostas mirabolantes de pesquisa, orientando-me com sabedoria e sensibilidade. Você me inspira a ser uma professora de referência.

*"Quero trazer à memória o que pode me dar
esperança."*

(Lamentações 3:21)

Resumo

As Memórias Autobiográficas (MAs) referem-se a recordações pessoais significativas ao longo da vida, desempenhando um papel central no funcionamento cognitivo, linguístico e afetivo do indivíduo. De forma paralela, a religiosidade/espiritualidade desperta crescente interesse por seu efeito protetivo na saúde mental e no funcionamento cognitivo. Diante disso, este estudo tem como objetivo principal avaliar como as MAs evocadas se relacionam com a RE e a modulação do afeto, em adultos saudáveis. Os instrumentos utilizados foram: Questionário sociodemográfico; Escala de depressão, ansiedade e estresse; Instrumento de qualidade de vida da Organização Mundial da Saúde – módulo espiritualidade, religiosidade e crenças pessoais; Escala de afeto positivo e negativo; Teste de memória autobiográfica; e Questionário de características fenomenológicas da MA. Os dados foram analisados a partir de estatísticas descritivas e inferenciais, incluindo ANOVA de medidas repetidas, teste t de Student e regressão linear simples. Os resultados indicaram que 88,41% das MAs foram classificadas como específicas. Não foram encontradas diferenças estatísticas no nível de especificidade, latência e detalhes das memórias evocadas pelas palavras de categorias espirituais, negativas e positivas. No entanto, palavras positivas e espirituais foram associadas a MAs mais importantes e frequentemente recordadas. A análise de regressão demonstrou que a religiosidade/espiritualidade foi um preditor significativo das características fenomenológicas das MAs. Além disso, foi observado um aumento nos níveis de afeto positivo e redução no afeto negativo na comparação pré e pós-TMA. Esses achados reforçam a influência da religiosidade/espiritualidade na evocação autobiográfica e apontam para a necessidade de novas investigações sobre o papel de fatores individuais e culturais na modulação dessas memórias.

Palavras-chave: memórias autobiográficas, religiosidade/espiritualidade, regulação dos afetos.

Abstract

Autobiographical Memories (AMs) refer to significant personal recollections throughout life, playing a central role in the individual's cognitive, linguistic, and emotional functioning. In parallel, religiosity/spirituality has gained growing interest due to its protective effect on mental health and cognitive functioning. In this context, the main objective of this study is to evaluate how evoked AMs relate to religiosity/spirituality and affect regulation in healthy adults. The instruments used were: Sociodemographic questionnaire; Depression, Anxiety, and Stress Scale; World Health Organization Quality of Life Instrument – Spirituality, Religiosity, and Personal Beliefs module; Positive and Negative Affect Schedule; Autobiographical Memory Test; and the Phenomenological Characteristics of Autobiographical Memories Questionnaire. Data were analyzed using descriptive and inferential statistics, including repeated measures ANOVA, Student's t-test, and simple linear regression. Results indicated that 88.41% of the AMs were classified as specific. No statistical differences were found in the level of specificity, latency, or details of memories evoked by spiritual, negative, or positive word categories. However, positive and spiritual words were associated with more important and frequently recalled AMs. Regression analysis showed that spirituality was a significant predictor of the phenomenological characteristics of AMs. Additionally, an increase in positive affect and a reduction in negative affect were observed when comparing pre- and post-AMT. These findings reinforce the influence of religiosity/spirituality on autobiographical recall and highlight the need for further investigation into the role of individual and cultural factors in modulating these memories.

Keywords: autobiographical memories, religiosity/spirituality, affect regulation.

Lista de Ilustrações

Figura 1 -Estrutura de conhecimento representando o sistema de memória autobiográfica baseado em Conway et al. (2004).....	13
Figura 2 - Representação esquemática do desenho experimental	39
Figura 3 - Gráfico da ANOVA—MR da especificidade e número de detalhes por categoria de palavras.....	49
Figura 4 - Gráfico da ANOVA—MR da latência por categoria de palavras.....	50
Figura 5 - Gráfico da ANOVA—MR das características fenomenológicas por categoria de palavras.....	51
Figura 6 -Regressão linear entre a religiosidade/espiritualidade e características fenomenológica	55
Figura 7 - Média dos momentos de avaliação (pré e pós teste) do afeto positivo e negativo.....	56

Lista de Tabelas

Tabela 1 - Classificação de gravidade a partir da pontuação da DASS-21.....	33
Tabela 2 - Classificação das categorias do TMA	36
Tabela 3 - Características sociodemográficas	45
Tabela 4 - Média e desvio-padrão dos sintomas psiquiátricos.....	46
Tabela 5 - Análise de correlação.....	47
Tabela 6 - Frequência das categorias de MA por tipo de palavras (espirituais, negativas e positivas).....	48
Tabela 7 - ANOVA-MR entra para as variáveis do TMA por tipo de palavras (espirituais, negativas e positivas).....	49
Tabela 8 - Resultados ANOVA-MR entre as palavras-chave e as características fenomenológicas	50
Tabela 9 - Resultados da regressão linear entre religiosidade/espiritualidade e características fenomenológicas	53

Lista de Abreviações e Siglas

MA – Memória Autobiográfica

MAs – Memórias Autobiográficas

SMS – Sistema de Automemória

TMA – Teste de Memória Autobiográfica

FAB – *Fading Affect Bias*

TCLE – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

CEP – Comitê de Ética e Pesquisa

UFPB – Universidade Federal da Paraíba

DASS-21 – Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse

DUREL – Escala de Religiosidade da Duke

WHOQOL-SRPB – Instrumento de Qualidade de Vida da Organização Mundial da Saúde - Módulo Espiritualidade, Religiosidade e Crenças Pessoais

EAPN-10 – Escala de Afeto Positivo e Negativo

LAPECC – Laboratório de Pesquisas em Cognição e Comportamento

CCHLA – Centro de Ciências Humanas e Letras

ANOVA-MR – Análise de Variância para Medidas Repetidas

Sumário

1 Introdução	12
2 Justificativa	27
3 Objetivos	29
3.1 Objetivo Geral.....	29
3.2 Objetivos Específicos	29
4 Hipóteses	29
5 Metodologia	30
5.1 Delineamento de Pesquisa	30
5.2 Participantes.....	30
5.2.1 <i>Critérios de Inclusão</i>	30
5.2.2 <i>Critérios de Exclusão</i>	31
5.2.3 <i>Recrutamento</i>	31
5.2.4 <i>Tamanho da Amostra</i>	30
5.3 Aspecto Éticos	31
5.4 Instrumentos.....	32
5.4.1 <i>Instrumento Sociodemográfico de Investigação (Apêndice A)</i>	32
5.4.2 <i>Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse (DASS-21) (Lovibond & Lovibond, 1995) (Anexo A)</i>	32
5.4.3 <i>Instrumento de Qualidade de Vida da Organização Mundial da Saúde - Módulo Espiritualidade, Religiosidade e Crenças Pessoais (WHOQOL-SRPB; Group., 2006) (Anexo B)</i>	33
5.4.4 <i>Escala de Afeto Positivo e Negativo (EAPN-10) (Gouveia et al., 2019) (Anexo C)</i>	34
5.4.5 <i>Teste de Memória Autobiográfica (TMA) (Williams & Broadbent, 1986)</i>	34
5.4.6 <i>Questionário de Características Fenomenológicas da Memória Autobiográfica (Boyacioglu & Akfirat, 2015) (Anexo D)</i>	37
5.5 Procedimentos.....	38
5.5.1 <i>Ensaio Prático</i>	39
5.5.2 <i>Tarefa de Memória Autobiográfica</i>	40
5.5.3 <i>Características Fenomenológicas</i>	42
5.6 Análises de Dados	42
6 Resultados	44
6.1 Caracterização da Amostra	44
6.2 Prevalência de Sintomas Psiquiátricos	45

6.3 Análise de Correlação	46
6.4 Descritivos dos Resultados do TMA	47
6.5 Especificidade, Detalhes e Latência	48
6.6 Características Fenomenológicas	50
6.7 Regressão Linear Simples	53
6.7 Afetos Positivos e Negativos Pré e Pós teste	55
7 Discussão.....	56
8 Conclusão.....	64
9 Referências.....	66
10 Apêndices.....	89
Apêndice A – Instrumento Sociodemográfico de Investigação.....	89
Apêndice B – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).....	90
Apêndice C – Questões usadas para a avaliação feita pelos dos juízes.....	91
11 Anexos.....	92
Anexo A - Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse (DASS-21).....	92
Anexo B - Instrumento de Qualidade de Vida da Organização Mundial da Saúde - Módulo Espiritualidade, Religiosidade e Crenças Pessoais (WHOQOL-SRPB)	93
Anexo C - Afeto Positivo e Negativo	96
Anexo D - Questionário de Características da Memória Autobiográfica	97

1 Introdução

Memória Autobiográfica

A Memórias Autobiográficas (MAs) podem ser definidas como as memórias de acontecimentos ou experiências pessoais da vida (Conway, 2005). As MAs não são apenas representações do passado, mas conectam momentos significativos do passado, presente e futuro, de forma que, a recordação exija uma capacidade crítica de representar a si como um experimentador engajado/conectado com aquela situação (Fivush, 2011). As recordações autobiográficas estão intrinsecamente ligadas à formação de valores pessoais, à realização de metas e planos, à orientação de comportamentos futuros, à socialização e à atualização da identidade individual (Grilli et al., 2022; Hitchcock et al., 2017).

As MAs dispõem de estruturas hierarquicamente organizadas em um processo dinâmico, contendo informações episódicas pessoais (conhecimentos sobre eventos específicos que incluem detalhes contextuais, por exemplo, informações mnemônicas sobre o que, quando e onde) e informações semânticas pessoais (conhecimentos gerais sobre a própria vida, por exemplo, saber a data do seu nascimento, o nome de amigos da infância, mas não saber quando adquiriu essa informação) (Conway & Pleydell-Pearce, 2000; Conway & Rubin, 2019).

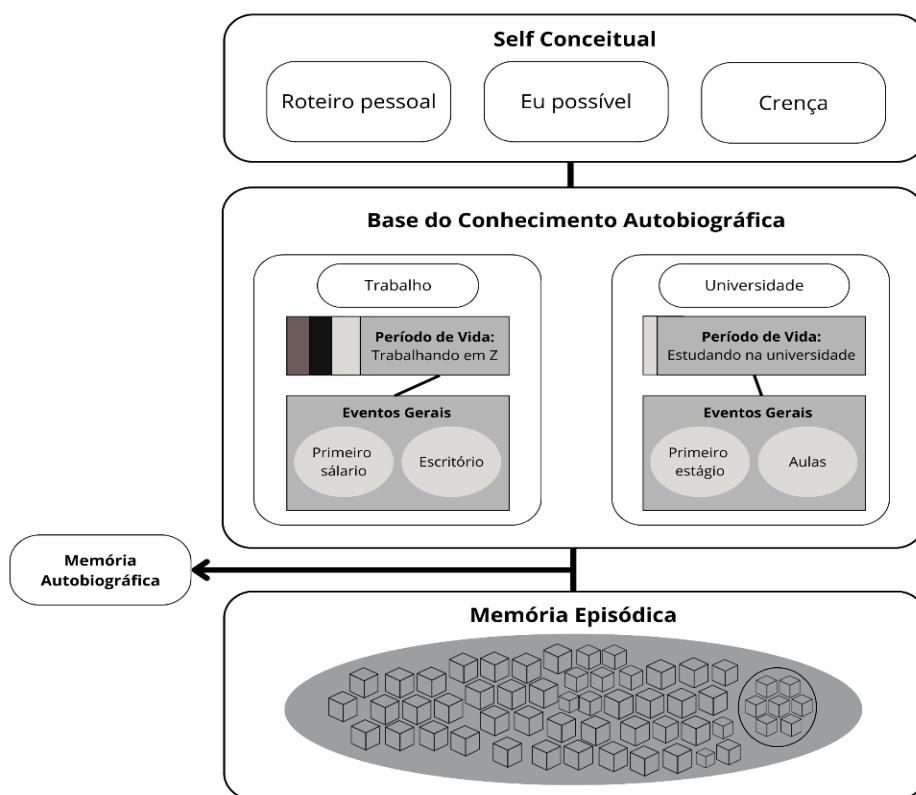
Sistema de Automemória

Conway (2005) e Fivush e Grysman (2023) propõem que a MA é composta de um processo dinâmico de recuperação, o qual envolve um Sistema de Automemória (*Self-Memory System – SMS*) que influencia no armazenamento, na organização e no acesso às informações autobiográficas ao longo do tempo (Charlesworth et al., 2016; Conway & Pleydell-Pearce, 2000). Esse sistema é constituído por dois componentes principais: o self conceitual e a base de conhecimento (Patwardhan & Kulkarni, 2020).

O self conceitual é a compreensão abstrata que uma pessoa tem de si mesma e que está relacionado a um conhecimento referente a uma autoimagem futura abstrata, construída ao longo do tempo por meio de experiências de vida, crenças, valores e roteiros pessoais (exemplo: “serei professor” ou “serei mãe”) (Conway, 2005). A base do conhecimento, organiza as memórias de forma hierárquica em três níveis: (a) esquema de história de vida, no nível mais alto; (b) períodos de vida, no nível intermediário (são representações amplas da vida da pessoa); e (c) eventos gerais, em seu nível mais baixo (são memórias recorrentes ou significativas dentro de um período de vida) (Bluck & Habermas, 2000). Essa base funciona como um sistema estruturado que armazena e dá sentido às experiências vividas, permitindo que o indivíduo construa uma narrativa coerente sobre quem foi, quem é, e quem deseja ser (Conway et al., 2004). O modelo do SMS é apresentado na Figura 1.

Figura 1

Estrutura de conhecimento representando o sistema de memória autobiográfica baseado em Conway et al. (2004)



A interação entre a base do conhecimento e o self conceitual ocorre por meio do self funcional, um processo que envolve cognições, afetos e comportamentos voltados para a regulação de objetivos (Conway & Rubin, 2019). O self funcional desempenha uma função importante na seleção e consolidação de memórias específicas, garantindo a coerência entre a identidade pessoal e a busca de objetivos ao longo da vida (Conway & Rubin, 2019).

Por estarem fortemente relacionadas ao self, as MAs exercem influência sobre as memórias de história de vida, que abrangem algumas recordações da trajetória do indivíduo e contribuem para a formação da identidade, além de afetarem a maneira como as experiências e os significados são compreendidos ao longo do tempo (Huttmacher & Morgenroth, 2022; Scherman et al., 2017). As memórias de história de vida estão frequentemente associadas a objetivos de longo prazo e se caracterizam pelo seu alto nível de importância e de intensidade emocional (Scherman et al., 2023). Quando acessadas com maior frequência e vivenciadas com intensidade subjetiva, essas memórias podem ser classificadas como “autodefinidoras” (Irish et al., 2010).

As memórias autodefinidoras desempenham um papel crucial na formação da identidade e na regulação de objetivos de longo prazo (Monsa et al., 2024). Elas se caracterizam por sua importância emocional, pela intensidade com que são experimentadas e pela influência direta na percepção que o indivíduo tem de si mesmo e de sua trajetória (Nurkova, 2022).

Essa rede de significados autobiográficos está ligada a processos de reavaliação das experiências passadas que, embora possam ser inicialmente negativas, podem adquirir novos sentidos por meio da reinterpretação ao longo do tempo, sendo essenciais para o desenvolvimento pessoal e a adaptação emocional (Singer et al., 2013). Elas se conectam a experiências significativas, como realizações, religiosidade/espiritualidade e conflitos

pessoais, contribuindo para a construção de uma narrativa coerente da vida (Singer et al., 2013).

Entender os processos do sistema de automemória, se torna fundamental para a compressão da Memória Autobiográfica (MA) e seu impacto no indivíduo (Conway & Rubin, 2019). Para isso, a avaliação da MA envolve componentes autobiográficos, que são avaliados e caracterizados a partir de sua importância para processos cognitivos elaborados, no qual a ativação do self e a reinterpretação de experiências passadas desempenham um papel essencial (Lemos et al., 2012; Pergher & Stein, 2008).

Componentes da MA

A partir da análise das MAs é observado que o SMS é aprimorado por meio de componentes que caracterizam a MA, como a especificidade, latência e o número de detalhes (Conway et al., 2004). Um dos componentes mais utilizados na avaliação da MA é a especificidade, que se refere à habilidade de recuperar detalhes autobiográficos específicos de um evento particular no passado, sendo um indicativo primordial do funcionamento eficaz do self, estando relacionada com o bem-estar psicológico (Vanderveren et al., 2017; Weiss-Cowie et al., 2023).

As disfunções na especificidade da MA são frequentemente observadas nos transtornos de humor, como depressão, ansiedade e transtorno de estresse pós-traumático (Barry et al., 2021; Hallford et al., 2022; Nourkova & Vasilenko, 2018). Uma meta-análise recente aponta que MAs pouco específicas ou supergeneralizadas são reconhecidas como marcadores clínicos do desenvolvimento e manutenção da depressão (Hallford et al., 2021). Esse desequilíbrio emocional acaba resultando em menos recordações específicas e mais recordações gerais e abstratas, sujeitas a viés na valência das informações recuperadas (Kyung et al., 2016).

Outra característica a ser avaliada a partir do discurso da MA é a latência, ou seja, o tempo decorrido desde a apresentação do estímulo (ex.: a apresentação das palavras-chaves) até o início do relato da memória. A latência pode contribuir para a identificação de diferentes padrões de estratégias de recuperação, como as estratégias diretas ou generativas, influenciando a eficácia do processo de evocação e sua relação com as palavras-chave utilizadas (Matsumoto et al., 2022).

As estratégias diretas ocorrem quando a recordação é acionada de maneira imediata e espontânea, geralmente associada a pistas específicas que acessam rapidamente um evento armazenado na memória (Harris & Berntsen, 2019; Markostamou et al., 2023). Já as estratégias generativas envolvem um processo mais elaborado, no qual o indivíduo precisa percorrer redes de conhecimento autobiográfico até localizar uma memória relevante, o que pode aumentar a latência na recuperação (Conway, 2005; Mace et al., 2021).

Descobertas indicam a importância da escolha cuidadosa das palavras-chave para as estratégias de recuperação, por exemplo, palavras-chave que evocam imagens visuais mais claras podem facilitar a velocidade e a especificidade durante a recuperação da MA (Anderson et al., 2017; Crane et al., 2012). Por outro lado, palavras emocionais podem impactar na latência, uma vez que envolvem mecanismos de regulação emocional, como a reavaliação, ruminação e evitação, os quais podem interferir no tempo necessário para acessar uma recordação autobiográfica (Belcher & Kangas, 2013).

Tipicamente, a especificidade e a latência são avaliadas por meio do Teste de Memória Autobiográfica (TMA) (Williams & Broadbent, 1986). No entanto, essa avaliação pode se mostrar limitada, uma vez que o foco está nas informações temporais e na categorização das MAs (Barry et al., 2023). Em contraste, outras pesquisas têm se concentrado em avaliar outros componentes da MA, como o número de detalhes, ou seja, a quantidade de informações/detalhes contidos na recordação (Hallford et al., 2021; Kyung et

al., 2016). Os detalhes têm se apresentado como uma variável complementar, auxiliando na caracterização de possíveis psicopatologias como depressão e ansiedade (Hallford et al., 2021; Salmon et al. 2021).

Apesar da especificidade e dos detalhes serem construtos associados, se apresentam com distinções significativas na caracterização da MA (Kyung et al., 2016). Sabe-se que memórias mais detalhadas tendem a ser mais específicas, mas enquanto a especificidade se limita a informações temporais, os detalhes permitem descrições mais precisas de aspectos sensoriais, emocionais, cognitivos e contextuais sobre o evento recordado (Kyung et al., 2016).

Estudos sugerem que a quantidade de detalhes recuperados pode variar conforme fatores como idade, carga emocional e relevância pessoal da experiência (Matijevic et al., 2024; Renoult et al., 2020) e apresentar diferentes implicações sobre no desenvolvimento de sofrimento emocional (Kyung et al., 2016). Memórias emocionalmente significativas, especialmente as autodefinidoras, costumam apresentar um maior número de detalhes, pois estão intrinsecamente ligadas à construção da identidade, valores e à regulação de metas de longo prazo (El Haj & Gallouj, 2019; Sutin et al., 2021). De forma geral, condições como estresse ou transtornos afetivos podem impactar tanto na especificidade da MA, como na latência e nos detalhadas (Hallford et al., 2021).

A análise do número de detalhes fornecidos em uma lembrança autobiográfica pode fornecer informações importantes sobre os processos de codificação, armazenamento e recuperação da memória, bem como, sobre o funcionamento do self ao longo do tempo (Raud et al., 2023; Sekeres et al., 2016; Xiao et al., 2017). Apesar da importância da especificidade temporal, nota-se a necessidade de abordar a análise de componentes variados das MAs, incluindo outros testes, como a Entrevista Autobiográfica e o Questionário de Características Fenomenológicas (Levine et al., 2002).

Características Fenomenológicas

As MAs apresentam uma estrutura fenomenológica que pode indicar detalhes sobre a experiência subjetiva e multifacetada associada à formação e à recordação autobiográfica (Chiorri & Vannucci, 2024). Essa estrutura inclui um amplo conjunto de características que envolvem aspectos do conteúdo da memória, como vivacidade, frequência/acessibilidade, importância, compartilhamento e valência emocional (Pociunaitė & Zimprich, 2023; Sutin & Robins, 2007).

Essas características desempenham um papel fundamental na maneira como eventos passados se tornam marcantes na história de vida e centrais para a identidade de um indivíduo (Pociūnaitė & Zimprich, 2023). Por exemplo, memórias de eventos positivos e religiosos significativos da vida (por exemplo, conversão, morte de um ente querido, crisma e batismo) tendem a reter qualidades fenomenológicas importantes ao longo do tempo (Tungjitcharoen & Berntsen, 2021).

Dessa forma, diferentes tipos de MAs revelam características fenomenológicas que permitem a exploração de como as memórias aparecem na experiência consciente e subjetivo do indivíduo, da forma como são vivenciadas e seu significado pessoal, podendo refletir papéis específicos para o self e para a identidade (Chiorri & Vannucci, 2024). A compreensão dessas dinâmicas requer a análise detalhada das principais características fenomenológicas envolvidas, como será apresentado a seguir.

Vivacidade

A vivacidade está associada com a intensidade, os detalhes e a clareza com que as lembranças são evocadas. Ela está fortemente associada à centralidade, a emoções fortes, ao nível de significado pessoal e a detalhes sensoriais ricos, ou seja, quanto mais autorrelevantes forem as lembranças, mais vívidas elas serão (Brown & Kulik, 1977; Holland & Kensinger,

2010). Memórias recentes e importantes, por exemplo, são tipicamente percebidas como mais vívidas em comparação com memórias remotas (Sutin & Robins, 2007).

A vivacidade também se relaciona à função diretiva das MAs, que envolve a resolução de problemas e a orientação de comportamentos futuros (Holland & Kensinger, 2010). Pesquisas mostram que memórias negativas frequentemente utilizadas para essa função tendem a ser altamente vívidas (Pillemer, 2003; Rasmussen & Berntsen, 2009). Manter essas memórias mais vívidas e centrais, sejam elas positivas ou negativas, podem ajudar uma pessoa a orientar decisões futuras e evitar situações indesejadas (Wolf & Demiray, 2019; Wolf & Zimprich, 2015).

Memórias positivas vívidas tendem a ser mais centrais devido à sua relevância pessoal e ao papel que desempenham na sustentação de uma autoimagem positiva (D'Argembeau & Van Der Linden, 2008). Entretanto, ainda permanece incerto se essa associação é mais forte para memórias positivas ou negativas, pois ambas podem ser centrais por razões distintas: as positivas, por reforçarem uma autovisão positiva, e as negativas, por fornecerem direções para comportamentos futuros (Kensinger & Ford, 2020).

Com relação a saúde mental, estudos indicam que a vivacidade e a frequência/acessibilidade da memória, influenciam na manutenção dos sintomas de depressão e do transtorno de estresse pós-traumático, já que, além de serem vívidas, essas memórias tendem a ser acessadas com mais frequência, reforçando o viés negativo do trauma e a ruminação (Contractor, et al., 2022).

Frequência/acessibilidade

De acordo com Conway (2005), memórias acessadas de forma repetida tendem a se tornar mais centrais na narrativa do indivíduo, influenciando na percepção de si e na tomada de decisões futuras. Esse fenômeno ocorre porque as recordações frequentes fortalecem as

conexões neurais associadas ao evento, tornando as lembranças mais vívidas e integrada ao senso de continuidade do self (Sutin et al., 2021).

Durante a evocação, o sistema de MA pode fornecer detalhes ricos e contextualizados sobre o evento, permitindo que o indivíduo reviva mentalmente o passado (Tulving, 2002). No entanto, nota-se que as informações lembradas com mais frequência não se trata de uma recordação de um passado qualquer/trivial, mas um passado significativo, que traga coerência e que tenha valor para o sujeito (Stefanidi et al., 2018). Dessa forma, quando uma memória é considerada importante, maior a probabilidade de ela ser lembrada (Bui et al., 2018; Stefanidi et al., 2018).

Importância

A importância pessoal pode ser avaliada a partir de MAs que trouxeram uma implicação significativa ao sujeito, seja influenciando na sua autoimagem, valores ou crenças, ou por estarem relacionadas a um componente central da identidade que ajuda o indivíduo a entender quem é e porque age de determinada forma (Boyacioglu & Akfirat, 2015; Stefanidi et al., 2018). Essa característica independe da valência emocional do evento, uma vez que tanto eventos positivos quanto negativos podem apresentar diferentes níveis de importância, impactando na sua consolidação e na acessibilidade na MA (Skowronski et al., 2014).

Estudos têm demonstrado que informações percebidas como importantes são mais facilmente recordadas, tanto por sua relevância subjetiva quanto pelo valor atribuído a elas no momento da codificação (Stefanidi et al., 2018). A atribuição de importância influencia a organização e os processos de busca na memória, o que pode favorecer a evocação de MAs consideradas centrais para o self (Stefanidi et al., 2018).

A importância atribuída a uma MA está diretamente associada a outros aspectos fenomenológicos, uma vez que memórias consideradas importantes tendem a permanecer vívidas, detalhadas e serem mais compartilhadas mesmo após longos períodos (Luchetti et

al., 2016). As pessoas podem compartilhar tanto memórias importantes como triviais, no entanto o compartilhamento de memórias importantes desempenha um papel fundamental em sua permanência e no significado atribuído as memórias (Wang et al., 2017).

Compartilhamento

O compartilhamento das MAs é um processo fundamental para a construção da identidade e principalmente para as relações interpessoais (Guan & Wang, 2020). Indivíduos que compartilham suas lembranças com maior frequência tendem a fortalecer laços sociais e a experimentar um maior senso de pertencimento e de conexão emocional (Beike et al., 2016; Bluck & Alea, 2011). Ao compartilhar experiências passadas, os indivíduos não apenas consolidam suas próprias narrativas de vida, como também permitem que outras pessoas validem e contextualizem essas lembranças (Maswood et al., 2019).

Pesquisas indicam que pessoas mais satisfeitas com a vida relatam memórias mais acessíveis e frequentemente compartilhadas, o que pode estar associado a um impacto positivo no bem-estar psicológico (Luchetti & Sutin, 2016). Compartilhar desempenha um papel importante na regulação emocional, o efeito de relatar eventos positivos pode reforçar emoções agradáveis, enquanto a partilha de eventos negativos pode auxiliar na diminuição de afetos negativos e consequentemente no processamento de ressignificação dessas experiências (Uzer et al., 2024).

Valênci a da Memória

A valênci a emocional refere-se à qualidade emocional de um estímulo, podendo ser positiva ou negativa (Muller-Bardorff et al., 2016). A valênci a emocional tem um papel crucial na modulação dos processos neurais durante a codificação de informações, por exemplo, estímulos negativos lembrados de forma vívida, ativam de forma mais intensa as regiões temporo-occipitais associadas ao processamento sensorial, enquanto a codificação de

informações positivas mais familiares, envolve áreas relacionadas à recuperação episódica e semântica (Mickley & Kensinger, 2008).

A valência pode impactar diretamente na forma como a MA é recordada ou em como ela é acessada (Berntsen et al., 2011). Estudos demonstram que as MAs positivas podem ser mais acessíveis que as MAs negativas (Berntsen & Rubin, 2002; Berntsen et al., 2011). Um fenômeno psicológico conhecido como “*Fading Affect Bias*” ou Viés do Afeto Desvanecido, aborda que memórias de eventos negativos tendem a perder sua intensidade emocional mais rapidamente do que as memórias positivas, o que contribui para a manutenção de uma visão mais positiva de si (Skowronski et al., 2014; Yacoub et al., 2020). Assim, memórias positivas podem ser mais centrais e vividas por manterem sua intensidade emocional ao longo do tempo se comparadas com memórias negativas (Rubin et al., 2019; Scherman et al., 2020).

Por outro lado, casos que envolvem psicopatologias e aumento de processos ruminativos, a memória negativa pode ser caracterizada como mais central, apresentando uma alta intensidade emocional (Gehrt et al., 2018). Estudos apresentam que a valência e a intensidade emocional podem influenciar na consistência e na coerência da memória, refletindo sua estrutura geral e coesão autobiográfica, impactando na vivacidade e durabilidade da memória (Holland, 2010; Sharot et al., 2007).

As características das MAs estão relacionadas a múltiplos fatores subjetivos, como emoções, crenças individuais, traços de personalidade, cultura e a relevância pessoal do estímulo (Maswood et al., 2019). Emoções valorizadas culturalmente, assim como os significados e valores atribuídos pelo sujeito, podem moldar a maneira como os eventos são codificados, organizados e lembrados, influenciando a interpretação e a reconstrução autobiográfica (Holland & Kensinger, 2010; Leersnyder et al., 2021).

Afetos

Os afetos são frequentemente compreendidos como um termo abrangente para descrever estados emocionais gerais, tanto positivos quanto negativos, que influenciam na percepção, na cognição e no comportamento (Schnall, 2010). Embora frequentemente equiparados, os conceitos de afeto e emoção são inter-relacionados, porém distintos (Levenson, 1999).

No contexto da saúde mental, os afetos são avaliados considerando aspectos subjetivos, como o bem-estar emocional, mas também desempenha um papel essencial em diversos processos biológicos, mediando os efeitos do humor positivo e saúde física (Shiota et al., 2021). Do ponto de vista cognitivo, os afetos podem modular a experiência emocional por meio do viés atencional, um mecanismo pelo qual a atenção seletiva prioriza determinados estímulos em detrimento de outros (Todd et al., 2012).

Os processos afetivos e emocionais são reconhecidos como fontes de informações sobre respostas implícitas e avaliações de estímulos (Wardell et al., 2021). Essa concepção fundamenta a “teoria do afeto como informação”, que sugere que as emoções e reações afetivas influenciam no processamento da informação, funcionando como uma pista cognitiva para a manutenção do estilo interpretativo predominante (Clore et al., 2018; Holland & Kensinger, 2010).

Os efeitos sobre o processamento das emoções e afetos podem ser observados a partir do impacto da congruência do humor na recordação autobiográfica, em que os indivíduos tendem a recordar memórias cuja valência afetiva corresponde ao seu estado emocional atual (Drace et al., 2015). Por exemplo, se há uma predominância de afetos negativos, o volume de recordações de valência negativa é maior, dificultando a evocação de informações específicas e de soluções para os problemas cotidianos (Borrelli et al., 2024; Hallford & Matsumoto, 2022; Harris et al., 2014; Patwardhan & Kulkarni, 2020).

Partindo desse entendimento, as MAs têm se mostrado relevantes por influenciarem diretamente no conteúdo afetivo evocado permitindo adquirir novos sentidos ao longo do tempo (Huttmacher & Morgenroth, 2022). Estudos apontam que a recordação autobiográfica pode operar como um mecanismo para reinterpretar situações, modulando o afeto e facilitando uma tendência à regulação positiva após a rememoração de eventos emocionalmente intenso (Haag et al., 2024; Hitchcock, 2024; Öner & Gülgöz, 2018; Werner-Seidler et al., 2017). Ao acessar MAs específicas positivas, o indivíduo pode atenuar afetos negativos e fortalecer afetos positivos, o que demonstra o papel ativo da memória na manutenção do humor e na ressignificação de experiências emocionais (Wardell & Palombo, 2024).

Enquanto os afetos negativos estão associados a um viés na recordação de eventos desagradáveis, os afetos positivos podem estar associados a uma ativação de MAs específicas positivas, atenuando a resposta ao cortisol e melhorando o humor (Madan et al., 2019). Isso significa que, conteúdos com valor significativo e de valência positiva, podem evocar memórias positivas, exercendo um efeito protetivo, uma vez que quando um indivíduo está com mais afetos positivos, ele tende a construir uma narrativa pessoal mais equilibrada, fortalecendo a identidade e promovendo resiliência emocional (Barry et al., 2019; Zheng et al., 2023).

Algumas experiências autobiográficas vivenciadas com maior intensidade são classificadas como memórias autodefinidoras, pois desempenham um papel central na construção da identidade e na regulação emocional (Irish et al., 2010). Por exemplo, experiências que auxiliam o sujeito a atribuir maior valor à vida, podem influenciar positivamente na modulação dos afetos e na evocação autobiográfica. Dentre essas experiências, além do efeito das situações positivas, a religiosidade/espiritualidade pode atuar

como estímulo modulador dos afetos e promotora de bem-estar, em razão de seus efeitos reguladores (Ramsay et al., 2019).

Essa rede de significados autobiográficos está associada a processos de reavaliação das experiências passadas, permitindo adquirir novos sentidos por meio da reinterpretAÇÃO ao longo do tempo (Hutmacher & Morgenroth, 2022). Esse mecanismo é essencial para o desenvolvimento pessoal e a adaptação emocional, pois se conecta a experiências significativas, como realizações, espiritualidade e conflitos pessoais, além de contribuir para a construção de uma narrativa de vida coerente (Maswood et al., 2019).

Espiritualidade/Religiosidade

A interseção entre MA, fenomenologia e afetos não se dá em um contexto isolado. Levando em consideração o contexto psicológico, social e até histórico-cultural é notório que a MA não é apenas uma ferramenta para recordar eventos passados, mas também desempenha um papel crucial na construção da identidade pessoal, na interpretação das experiências vividas e como um indicador de bem-estar (Allen et al., 2020; Bluck, 2003).

Nath et al. (2023) consideram que um sujeito pode avaliar sua vida, lembrando de si, recordando seu passado e avaliando o que está ou não em consonância com sua autovisão, valores e crenças atuais. Essa interconectividade entre valores, busca de sentido na vida e direcionamentos futuros são impactados pela religiosidade/espiritualidade mesmo que estes indivíduos não se identifiquem como religiosos (Villani et al., 2019).

Pesquisas sobre religiosidade/espiritualidade têm sido cada vez mais frequentes em diversos países, sendo avaliada a partir de diversos aspectos – social (O’Sullivan et al., 2024), cognitivo (Penman, 2021) e fenomenológico (Marselina, 2024). Especificamente no Brasil, investigações sobre a religiosidade são crescentes, principalmente ao considerar que a maioria da população declara ter alguma religião ou ser espiritualizada em alguma medida

(Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística [IBGE], 2010; Menegatti-Chequini et al., 2018).

Para compreensão da religiosidade/espiritualidade deve-se entender o que constitui os termos “religiosidade” e “espiritualidade”. A religiosidade, está relacionada com o quanto um indivíduo acredita, busca, segue ou pratica um sistema de crenças pessoais, rituais e símbolos de uma determinada religião, com intuito de facilitar o seu acesso ao sagrado (Deus, força maior, verdade suprema) (Koenig et al., 2001). Já a espiritualidade aborda uma conexão com o sagrado e envolve questões sobre o significado e o propósito da vida, encontrando-se além da religião e da religiosidade, podendo ou não levar ao desenvolvimento de rituais religiosos (Fornazari & Ferreira, 2010; Silva et al., 2019). Apesar das distinções, a espiritualidade/religiosidade são conceitos que são tratados de forma associada para facilitar a compreensão dos estudos (Buchtova et al., 2024; Nguyen et al., 2023).

A religiosidade e a espiritualidade exercem influência significativa em diversos domínios da vida, especialmente no campo emocional (Koenig, 2012; Vishkin et al., 2019). Evidências indicam que indivíduos com maior envolvimento religioso ou espiritual tendem a lidar melhor com as próprias emoções e a estabelecer metas emocionais mais positivas, além de desempenhar um papel importante na reinterpretação de eventos e especificamente no uso bem-sucedido da reavaliação cognitiva e redução de estratégias menos adaptativas, como a ruminação, conforme sugerido por Ramsay et al. (2019) e Vishkin et al. (2019).

Esse impacto não é diferente para as memórias. Van Mulukom (2017) aborda que o processamento narrativo das MAs pode auxiliar a desenvolver uma estrutura e a encontrar significado a partir da espiritualidade e religiosidade do sujeito. Por exemplo, uma pessoa pode interpretar eventos passados à luz de suas crenças, atribuindo significados espirituais ou divinos a certas experiências, que por sua vez impactam não só no relato, mas na valência da

memória relatada e em como essa memória exerce função sobre sua vida (Tungjitcharoen & Berntsen, 2021).

Ao estudar o impacto da religiosidade/espiritualidade nas funções cognitivas, Farcello (2012) aborda a influência das memórias espirituais no desempenho de memória de trabalho. Já McClintock (2019) aborda que a religiosidade/espiritualidade pode atenuar a resposta de áreas associadas a responsividade ao estresse, como o hipocampo, tronco cerebral, estriado ventral e tálamo.

Memórias Espirituais

As memórias espirituais surgem como um caso particular desse processo e carregam significados profundos relacionados à identidade e ao bem-estar psicológico, podendo ser consideradas como autodefinidoras (Oberg, 2022). Tungjitcharoen e Berntsen (2021) descrevem que as memórias evocadas a partir das crenças religiosas podem estar diretamente ligadas a categorias distintas da MA, incluindo recordações específicas relacionadas a situações como: casamento, morte de um ente querido, primeira comunhão ou nascimento de um filho.

Essas características indicam que, em certa medida, a religiosidade/espiritualidade pode atuar como um elemento central na construção do self, podendo modular tanto a evocação, quanto a interpretação das MAs, influenciando a forma como os indivíduos constroem sua identidade e atribuem significado às suas experiências (Li & Berman, 2020; Nguyen et al., 2023; Uwland-Sikkema et al., 2018).

2 Justificativa

A possível relação entre MAs, religiosidade/espiritualidade e os afetos pode destacar a complexidade da experiência humana e como diferentes fatores subjetivos interagem para moldar a compreensão do passado e as respostas cognitivas e emocionais. Estudos já relataram algumas associações positivas entre a religiosidade/espiritualidade e memória

(Hallin et al., 2020; Hill et al., 2020; Jung et al., 2019; Lekhak et al., 2020). Por exemplo, Hallin et al. (2020) avaliaram a especificidade em uma amostra de suecos e destacaram a importância de analisar a especificidade da MA em outras populações e países que pudessem ter um impacto religioso distinto. No entanto, esse estudo não apresentou de forma clara como as palavras religiosas adaptadas foram escolhidas, podendo impactar na compressão dos participantes.

Pesquisas anteriores sugerem que pistas genéricas tendem a resultar em recordações generalizadas, enquanto pistas personalizadas estão mais associadas à evocação de MAs específicas, facilitando a recuperação direta e específica (Addis et al., 2012; Anderson et al., 2017). Sheldon et al. (2018) discutem que pistas diferentes podem desencadear estratégias distintas de recuperação durante o acesso à memória. Outros estudos já utilizaram palavras específicas para avaliar a memória a partir do TMA (Hallin, et al., 2020; Simplício, 2022).

Por outro lado, o afeto, especialmente o negativo, é frequentemente usado como medida de resultado em estudos de regulação emocional (Wang et al., 2024). Pessoas que conseguem regular melhor suas emoções relatam menos afeto negativo e mais afeto positivo no dia a dia, indicando que o afeto funciona como um marcador funcional da regulação emocional (Pavlacic et al., 2022). O controle bem-sucedido do afeto depende, em parte, da capacidade de modular respostas emocionais negativas por meio do uso de estratégias cognitivas (ou seja, reavaliação), o que pode ser refletida na modulação afetiva a partir do TMA (Banks et al., 2007).

Para investigar as MAs, este estudo utilizou o Teste de Memória Autobiográfica (TMA; Williams e Broadbent, 1986) incorporando palavras de categorias espirituais/religiosas, negativas e positivas, para evocar MAs. As palavras espirituais/religiosas foram acrescentadas e validadas a partir de um método estatístico especializado (Polit & Beck, 2006).

Portanto, este estudo buscou investigar como as características das MAs se relacionam com a religiosidade/espiritualidade e a modulação do afeto. Para isso, foram avaliados diversos aspectos da MA, como a especificidade, a latência, detalhes e características fenomenológicas.

3 Objetivos

3.1 Objetivo Geral

Avaliar como as MAs se relacionam com a religiosidade/espiritualidade e a modulação do afeto.

3.2 Objetivos Específicos

- Analisar a relação entre a especificidade, o número de detalhes e a latência das MAs evocadas e os diferentes tipos de palavras-estímulo apresentadas no TMA;
- Avaliar como a valência emocional das MAs varia entre as diferentes categorias de palavras-estímulo;
- Analisar como as características fenomenológicas das MAs (por exemplo, valência emocional, importância, compartilhamento, frequência e vivacidade) estão relacionadas com a espiritualidade;
- Avalia o impacto da MA evocada sobre o estado emocional atual, considerando os efeitos sobre os níveis de afeto positivo e negativo antes e depois da aplicação do TMA.

4 Hipóteses

- 1- As palavras-chave positivas e religiosas/espirituais facilitarão a evocação de MAs específicas com maior número de detalhes (Hallin et al., 2020)
- 2- A religiosidade/espiritualidade impactará a evocação de MAs com valência mais positiva, sugerindo uma tendência à reavaliação de eventos passados (Sharp, 2010)
- 3- A religiosidade/espiritualidade influenciará em características fenomenológicas, refletindo seu impacto subjetivo no sujeito (Tungjitcharoen & Berntsen, 2021).

- 4- A MA exerce um impacto na modulação do afeto, o que poderá ser observado por meio de alterações nos níveis de afeto antes e depois da evocação (Fernández-Pérez & Latorre, 2024).

5 Metodologia

5.1 Delineamento de Pesquisa

Este estudo caracterizou-se como do tipo exploratório, descritivo, correlacional, comparativo e explicativo. A pesquisa exploratória visou identificar padrões, hipóteses ou novas ideias sobre os fenômenos estudados. A descritiva buscou descrever características de uma população. A correlacional examinou as relações entre duas ou mais variáveis. A comparativa comparou diferentes grupos ou condições. A explicativa teve como objetivo explicar relações de causa e efeito entre as variáveis. A definições seguiram conclusões já expostas na literatura (Sampieri & Collado, 2013).

5.2 Participantes

5.2.1 Tamanho da Amostra

O cálculo do tamanho amostral foi realizado por meio da plataforma WebPower (Zhang & Yuan, 2018). Para análises de correlação e regressão, foi prevista uma amostra de 59 participantes a fim de alcançar um poder estatístico de 0,90, considerando um nível de significância de 95% ($p < 0,05$). Com o intuito de prevenir perdas amostrais, incluiu-se um adicional de 10% à estimativa inicial, resultando em um total de 70 participantes ao final do estudo.

5.2.2 Critérios de Inclusão

Os participantes deste estudo atenderam aos seguintes critérios de inclusão:

- Ter idade entre 18 e 45 anos.
- Concordar em participar do estudo de forma voluntária, após receberem informações detalhadas sobre os objetivos, procedimentos e potenciais riscos envolvidos.

- Possuir audição e visão normais ou corrigidas para normal.
- Ser alfabetizado.

5.2.3 Critérios de Exclusão

Foram excluídos os participantes que:

- Apresentaram distúrbios neurológicos ou psiquiátricos indicados no questionário sociodemográfico (Apêndice A – Instrumento Sociodemográfico de Investigação).
- Não concordaram com os termos de participação estabelecidos pelo estudo, incluindo o consentimento informado.
- Não completaram todos os procedimentos da pesquisa.

5.2.4 Recrutamento

Para recrutar os participantes deste estudo, foram adotadas as seguintes estratégias:

- Anúncios Online: Foram veiculados anúncios em plataformas online, como redes sociais e sites relevantes para o público-alvo, destacando os objetivos do estudo e os critérios de inclusão.
- Abordagem Presencial: Foram utilizados folhetos e cartazes em locais frequentados pelo público-alvo, como universidades, ruas, hospitais e clínicas.

5.3 Aspecto Éticos

O estudo foi submetido e aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa (CEP)

Universidade Federal da Paraíba (UFPB) com número CAAE: 89401018.5.0000.5188. A pesquisa segue as diretrizes estabelecidas pela Resolução nº 466/12 do Conselho Nacional de Saúde do Ministério da Saúde, demonstrando aderência a regulamentações nacionais que visam proteger os participantes de pesquisas.

Os participantes receberam o TCLE (Apêndice B – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE)), que descreve a pesquisa de forma acessível e garante sigilo e

anonimato. A participação na pesquisa foi voluntária, e apenas aqueles que concordaram em assinar o TCLE participaram do estudo.

Os dados coletados foram armazenados pela pesquisadora de acordo com as condições estabelecidas no TCLE, garantindo o sigilo e anonimato dos participantes. Além disso, a pesquisadora informou o período de retenção dos dados, que é de no mínimo cinco anos após a realização da pesquisa.

5.4 Instrumentos

5.4.1 Instrumento Sociodemográfico de Investigação (Apêndice A – Instrumento Sociodemográfico de Investigação)

Tem como objetivo coletar informações sobre a amostra quanto ao gênero, idade, estado civil, renda familiar, acesso à psicoterapia, uso de medicamentos etc.

5.4.2 Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse (DASS-21) (Lovibond & Lovibond, 1995) (Anexo A - Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse (DASS-21))

A escala é usada para medir sintomas de depressão, ansiedade e estresse. Ela tem 21 itens, divididos igualmente em três subescalas (Itens Depressão: 3, 5, 10, 13, 16, 17, 21; Ansiedade: 2, 4, 7, 9, 15, 19, 20; Estresse: 1, 6, 8, 11, 12, 14, 18). A escala de resposta aos itens é do tipo Likert de quatro pontos (0, 1, 2 e 3), variando de 0 (não se aplicou de maneira alguma) a 3 (aplicou-se muito ou na maioria do tempo). Para a pontuação final, os valores de cada subescala foram somados e multiplicados por dois para corresponder à pontuação da escala completa (DASS-42) (Al Saadi et al., 2017). A classificação da gravidade é observada na Tabela 1. A escala foi adaptada e validada para o Brasil por Vignola e Tuci (2014), apresentando alfa de Cronbach (α) 0,92 para depressão, 0,90 para estresse e 0,86 para ansiedade.

Tabela 1

Classificação de gravidade a partir da pontuação da DASS-21

Classificação	Pontuação Z	Percentil	Depressão	Ansiedade	Estresse
Normal	<0,5	0–78	0–9	0–7	0–14
Leve	0,5–1,0	78–87	10–13	8–9	15–18
Moderado	1,0–2,0	87–95	14–20	10–14	19–25
Forte	2,0–3,0	95–98	21–27	15–19	26–33
Extremamente severo	> 3,0	98–100	28+	20+	34+

Nota: Recuperado de *Adaptation and validation of the depression, anxiety and stress scale (DASS) to Brazilian Portuguese* (Vignola & Tuci, 2014).

5.4.3 Instrumento de Qualidade de Vida da Organização Mundial da Saúde - Módulo

Espiritualidade, Religiosidade e Crenças Pessoais (WHOQOL-SRPB; Group., 2006)

(Anexo B - Instrumento de Qualidade de Vida da Organização Mundial da Saúde -

Módulo Espiritualidade, Religiosidade e Crenças Pessoais (WHOQOL-SRPB)

Composto por 32 itens distribuídos em oito facetas, sendo elas: (1) conexão a ser ou força espiritual; (2) sentido na vida; (3) admiração; (4) totalidade e integração; (5) força espiritual; (6) paz interior; (7) esperança e otimismo e (8) fé. As oito facetas se agrupam nos quatro fatores da seguinte forma: (1) Conexão Espiritual, Fé, Força Espiritual; (2) Paz interior, Totalidade e Integração; (3) Sentido na Vida, Esperança e Otimismo e (4) Admiração. As respostas se apresentam em uma escala tipo Likert de 5 pontos, sendo os scores são somados e as pontuações mais elevadas representam melhor qualidade de vida espiritual. A pontuação total varia entre 32 a 160. O instrumento apresentou qualidades psicométricas satisfatórias, com alfa de Cronbach (α) = 0,91 e entre 0,77 e 0,95 para as facetas. Sendo validado por Panzini et al. (2011).

5.4.4 Escala de Afeto Positivo e Negativo (EAPN-10) (Gouveia et al., 2019) (Anexo C -

Afeto Positivo e Negativo)

Essa medida busca avaliar a frequência dos sentimentos vivenciados pelos participantes diariamente, semanalmente e/ou mensalmente. A medida é composta por 10 adjetivos, cinco descrevem o afeto positivo (itens: 1,3,6,8 e 10; por exemplo, satisfeito, alegre e divertido) e cinco descrevem o afeto negativo (itens: 2,4,5,7 e 9); por exemplo, preocupado, irritado e infeliz), no formato de uma escala tipo Likert de sete pontos, variando de 1 (nunca) a 7 (muito frequentemente). A medida se mostrou psicométricamente adequada para contexto brasileiro, mostrando confiabilidade aceitável tanto por Gouveia et al. (2019), como por Monteiro et al. (2021).

5.4.5 Teste de Memória Autobiográfica (TMA) (Williams & Broadbent, 1986)

O TMA consiste na apresentação de palavras-estímulo com diferentes valências (positiva, negativa e neutra). O número de palavras utilizadas para cada um dos três conjuntos de valência é flexível e definido a partir do objetivo de cada estudo. O tempo de resposta pode variar entre 30 segundos a 60 segundos para os participantes narrarem a MA que lhe vem à mente quando visualizar a palavra-estímulo. Ao fim desse tempo, é apresentada uma nova palavra-pista. Isso permite avaliar os relatos verbais a partir de diferentes aspectos em acordo com diferentes objetivos de pesquisa.

A aplicação do TMA seguiu as instruções do manual (Williams, 2005). No presente estudo, utilizou-se a versão brasileira do TMA (Pergher & Stein, 2008), incorporando pistas de natureza espiritual/religiosa para evocar as memórias. O presente estudo foi composto por 9 palavras-estímulo, constituídas unicamente por adjetivos (três de cunho espiritual/religioso – abençoado, perdoado e espiritualizado; três negativas – triste, decepcionado e culpado; e três positivas – amado, feliz e calmo).

As palavras acrescentadas foram avaliadas a partir de sua alta frequência de uso, reduzindo, assim, as chances de vieses decorrentes de uma dificuldade de compreensão por parte dos participantes como indicado por Pergher & Stein (2008). Para garantir que não houvesse diferenças na frequência foi usado o Corpus do Português (NOW Corpus, n.d.) que é um projeto linguístico que visa compilar e disponibilizar uma grande quantidade de textos em língua portuguesa para pesquisa e análise linguística entre palavras-chave.

As palavras acrescentadas à tarefa foram escolhidas a partir da avaliação dos juízes, utilizando o procedimento de adaptação a partir do Coeficiente de Validade Convergente (CVC), avaliando as palavras a partir de três critérios: clareza, pertinência e relevância (Polit & Beck, 2006). Foram consideradas aceitáveis as palavras que apresentaram CVC acima de 0,8 nos três critérios de avaliação (Hernández-Nieto, 2002; Silva et al., em preparação).

As palavras foram apresentadas uma a uma ao participante seguindo uma ordem fixa entre palavras-chave religiosas/espirituais, negativas e positivas. Por exemplo, foram apresentados aos participantes uma lista de palavras-chave religiosas/espirituais (como "iluminado"), negativas (como "insatisfeito") e positivas (como "feliz"). Em seguida, os participantes foram solicitados a evocar MAs diferentes associadas a cada uma das palavras. A análise das memórias evocadas permitiu investigar possíveis diferenças na especificidade, latência e conteúdo emocional (valência) das memórias em relação aos diferentes tipos de palavras-chave utilizadas no teste.

Avaliação do TMA: especificidade, detalhes, latência e conteúdo (Apêndice C – Questões usadas para a avaliação feita pelos dos juízes)

Os dados de especificidade obtidos a partir do TMA foram posteriormente transformados em variáveis de acordo com o número de palavras-estímulo utilizadas no procedimento. Os resultados foram organizados com base em cinco variáveis: a

especificidade da memória, número de detalhes, tempo de latência e conteúdo da memória (ou seja, se tinha conteúdo espiritual/religioso) e conteúdo positivo ou negativo.

Com relação à especificidade, as respostas de cada participante foram codificadas de acordo com Williams et al. (2007), recebendo um escore de acordo com as categorias da MA: escore zero para associados semânticos ou não-memórias; escore um para memória categórica; escore dois para memória estendida; e, por fim, escore três para memória específica (Tabela 2). A classificação das respostas foi realizada por dois juízes independentes com intuito de testar a consistência das categorias de resposta propostas para o TMA.

O cálculo da especificidade da memória foi realizado a partir da frequência, quantificando o número (ou proporção) de memórias específicas que foram lembradas (Barry et al., 2023).

Tabela 2

Classificação das categorias do TMA

Categoria	Definição	Exemplo	Score
Associados semânticos ou não-memórias	Informação semântica pessoal	"Sempre fui feliz"	0
Memória categórica	Lembranças de categorias de eventos sem início ou fim determinados	"Tomar café todas as manhãs"	1
Memória estendida	Lembranças de períodos de vida, com duração superior a um dia	"Passei as férias em casa"	2
Memória específica	Lembranças de um evento único que ocorreu em um determinado horário/local, não durando mais de um dia	"O filme que vi no primeiro dia das minhas férias em casa"	3

Os detalhes foram quantificados a partir das MAs específicas e avaliados por meio de oito categorias principais: coisas (objetos classificados), emoções (detalhes emocionais), pessoas (indivíduos únicos classificados), lugares (detalhes espaciais), e outros detalhes (ações ou quaisquer informações adicionais). A análise foi realizada quantificando a

frequência do número de detalhes, com pontuação de zero a quatro detalhes (sendo zero atribuído aos participantes que não trouxeram memórias específicas). Essa avaliação teve como base protocolos já estabelecidos que seguem uma abordagem sistemática que considera a memória como uma narrativa composta por diferentes tipos de informações específicas e organizadas para inferir o nível de detalhamento, permitindo uma avaliação quantitativa e qualitativa das memórias (Gardner et al., 2020; Madore et al., 2015).

A latência de evocação foi definida como o tempo (em segundos) decorrido entre a apresentação da palavra-estímulo e o início da resposta do participante. A pontuação da latência foi registrada individualmente, considerando-se o intervalo entre o aparecimento do estímulo e o início da evocação da memória autobiográfica (MA). Para as análises, foi calculada a média da latência para cada categoria de palavras-chave.

Também foi incluído um item que pudesse avaliar o conteúdo geral das MAs específicas, verificando as informações espirituais/religiosas, positivas ou negativas. Essa análise foi realizada com base na frequência desses conteúdos, quantificando o número ou a proporção com que cada tipo apareceu nos relatos dos participantes. A tabela com os critérios utilizados pelos juízes pode ser consultada no Apêndice C.

5.4.6 Questionário de Características Fenomenológicas da Memória Autobiográfica (Boyacioglu & Akfirat, 2015) (Anexo D - Questionário de Características da Memória Autobiográfica)

O questionário tem o objetivo de direcionar o respondente para qualidades fenomenológicas durante a recordação. O modelo utilizado foi adaptado baseado no Questionário de Características da Memória Autobiográfica (Boyacioglu & Akfirat, 2015) e Questionário de Experiências de Memória (Luchetti & Sutin, 2016). A medida foi especialmente adaptada para o estudo assim como foi observado em outros modelos (Berntsen

& Rubin, 2006; Tungjitcharoen & Berntsen, 2021). O questionário é composto de 5 itens respondidos a partir de uma escala tipo Likert.

Os itens avaliam vivacidade (item 1; quanto vividamente a memória foi recordada), compartilhamento (item 2; o quanto essa memória foi compartilhada), valência emocional (item 3; o quanto o evento foi positivo ou negativo), frequência\acessibilidade (item 4; com que frequência o evento foi pensado ou veio espontaneamente à mente) e importância (item 5; o grau de relevância atribuído ao evento).

5.5 Procedimentos

Os participantes foram recrutados por meios eletrônicos (Facebook, Instagram, LinkedIn e WhatsApp). Após confirmarem a participação, receberam um link para a primeira etapa da pesquisa, realizada via Google Formulários. Nessa fase, foram informados sobre os objetivos do estudo e apresentados ao Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), elaborado conforme a Resolução nº 466/12 do Conselho Nacional de Saúde (Apêndice A). Em seguida, responderam à DASS-21, WHOQOL-SRPB e ao questionário sociodemográfico. Ao final, foi solicitado um meio de contato para agendamento da segunda etapa, composta pela aplicação dos demais instrumentos.

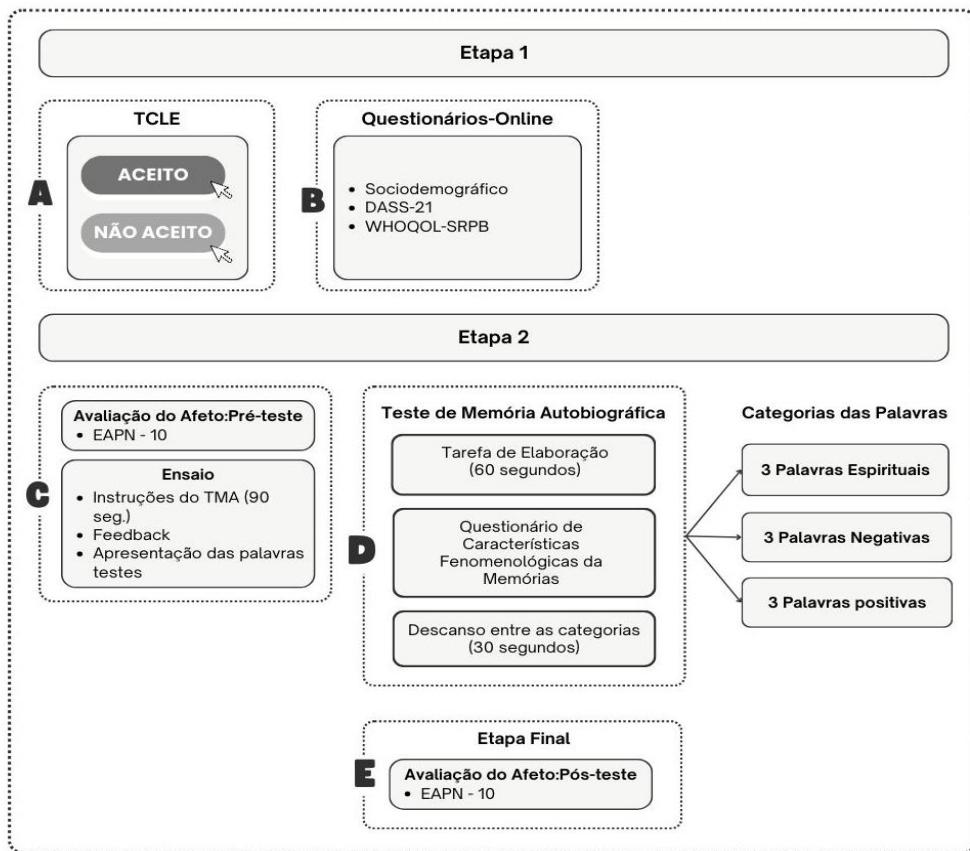
Na segunda etapa, foram aplicadas a EAPN-10 (pré e pós-tarefa), o TMA e o questionário de características fenomenológicas. A duração média do experimento foi de 45 minutos. A Figura 1 apresenta um panorama geral do procedimento.

A pesquisa foi conduzida tanto presencialmente quanto *online*. Presencialmente ocorreu no Laboratório de Pesquisas em Cognição e Comportamento (LAPECC), situado no Centro de Ciências Humanas, Letras e Artes (CCHLA) da Universidade Federal da Paraíba (UFPB). No formato remoto, os participantes foram avaliados por meio de uma videoconferência síncrona. Em ambos os formatos, as palavras foram apresentadas utilizando um notebook.

As respostas dos participantes foram registradas em áudio por meio do software Audacity® (versão 2.0.5). Posteriormente, os registros foram analisados considerando a pontuação atribuída e a especificidade das memórias evocadas.

Figura 2

Representação esquemática do desenho experimental



Nota. (A) TCLE. (B) Aplicação dos questionários e escalas. (C) Avaliação do afeto pré-teste e ensaio para a tarefa do TMA. (D) Aplicação do TMA para as 3 categorias de palavras. (E) Avaliação do afeto pós-teste.

5.5.1 Ensaio Prático

Nesta fase, os participantes realizaram um ensaio prático com as mesmas instruções da tarefa do TMA, contudo as palavras do ensaio foram diferentes. Foram apresentadas duas palavras práticas (animado e parque). Os participantes receberam o feedback imediato para garantir uma compreensão da tarefa antes de prosseguir para a fase principal da pesquisa.

5.5.2 Tarefa de Memória Autobiográfica

A tarefa consiste em, após escutar e observar cada palavra apresentada, relatar uma lembrança específica de um fato de sua história de vida que tenha relação com a palavra ouvida. Para cada tentativa, os participantes observaram uma palavra na tela e foram instruídos a recordar uma MA específica envolvendo a palavra apresentada.

O tempo desde a apresentação da palavra-pista até a evocação de uma MA foi controlado através de um cronômetro. O tempo estabelecido para cada evocação foi de 60 segundos (Brittlebank et al., 1993). O sujeito foi solicitado a recuperar lembranças autobiográficas específicas para cada palavra oferecida, a partir da seguinte instrução:

“Eu estou interessado em investigar sua memória para eventos que aconteceram na sua vida. Por isso vou ler e apresentar na tela algumas palavras para você, uma de cada vez. Para cada palavra quero que você pense em um evento que aconteceu com você e que tenha relação com a palavra lida. O evento pode ter ocorrido recentemente (ontem, semana passada) ou há algum tempo. Pode ser um evento importante, ou um evento trivial. Só mais uma coisa: a memória que você deve recordar deve ser de um evento específico.

Então, se eu disser a palavra “bom” – não seria correto dizer, “Eu sempre gosto de uma boa festa”, porque isto não se refere a um evento específico. No entanto, seria correto dizer “Foi bom ter ido na festa da Maria” (porque isto é um evento específico, já que ocorreu em um determinado horário e local, dentro de um dia). É importante tentar recuperar uma memória ou um evento diferente para cada palavra sugerida.

Agora as suas memórias vão ser registadas num gravador com o objetivo de facilitar o preenchimento de um questionário referente às memórias que referir.

Quando você se lembrar de um evento, diga “pare” e depois conte-me sobre o evento. Vamos tentar ensaiar algumas palavras para praticar”.

A manipulação do formato da instrução de ajuda ocorreu apenas quando a primeira resposta do participante para cada palavra-estímulo não se constituía em uma lembrança específica. Neste momento, dois formatos de instrução de ajuda foram utilizados. No formato 1, o participante recebia a seguinte instrução: “você poderia ser mais específico(a)?”. No formato 2, por sua vez, o pesquisador instruía o participante da seguinte maneira: “você consegue se lembrar de uma situação específica – um momento em particular?”. O critério para passar de uma palavra-estímulo para a seguinte era: 1º) sucesso na recuperação de uma lembrança específica, e 2º) não relatar uma memória específica em 60 segundos.

Os padrões de codificação e pontuações foram feitos a partir das respectivas categorias apresentadas na Tabela 2. As avaliações ocorreram por dois pesquisadores independentes treinados que classificaram cada memória (Pergher & Stein, 2008). O κ de Cohen foi executado para determinar se havia concordância entre a codificação das memórias pelos examinadores. As categorias se especificaram em:

- Sem memória: incluiu memórias referentes a um evento já mencionado em uma palavra-chave anterior, memórias referentes a um evento da semana passada e nenhuma resposta à palavra-chave.
- Memórias categóricas: O participante tinha uma memória para um conjunto de eventos pessoais que pertenciam todos à mesma categoria, como pessoas, lugares ou atividades (por exemplo: “todas as discussões com meu marido”).
- Memórias estendidas: O participante tinha uma memória de um único evento que se estendia além de um único dia (por exemplo: “Quando eu estava na escola”).
- Memórias específicas: O participante tinha uma lembrança de um único evento que durou minutos ou horas, e com duração inferior a 24 horas (por exemplo, “Essa música

me lembra uma noite quando eu estava estudando no meu dormitório e essa música estava tocando. Estava chovendo e escuro e me lembro de sentir que a música realmente combinava com o clima da noite”).

5.5.3 Características Fenomenológicas

Após a apresentação de cada memória, os participantes responderam a uma versão do questionário de características da memória autobiográfica adaptado para o estudo (Berntsen & Rubin, 2006; Tungjitcharoen & Berntsen, 2021).

5.6 Análises de Dados

Os dados foram analisados usando software R, Versão 4.1.0 (R Core Team, 2022), usando RStudio, Versão 2022.02.3 (RStudio Team, 2022) e o e SPSS 27.0. Para avaliar o nível de concordância na codificação das respostas do TMA, foi utilizado o coeficiente kappa(κ) de Cohen. As respostas foram codificadas por dois avaliadores independentes. O teste kappa mostrou confiabilidade moderada ($\kappa = 0,612, p < 0,001$), com percentual de concordância de 93,3% entre os juízes (Xie, 2013). Esses resultados indicaram que os critérios para classificação podem ser sistematicamente utilizados por avaliadores independentes.

A análise exploratória dos dados foi iniciada pelo ajuste das distribuições em cada variável em relação à curva normal. Este procedimento foi realizado com teste de Kolmogorov-Smirnov e Shapiro-Wilk, além de medidas de assimetria e curtose com limites entre -1 e 1 para decisão por normalidade (Tabachnick & Fidell, 2019).

Foram realizadas estatísticas descritivas, como cálculos de frequência das características das MAs evocadas pelos participantes. Porcentagem, média e desvio padrão para descrever as variáveis sociodemográficas e as de estudo. Foi feito o cálculo da média e desvio padrão da especificidade para cada categoria de MA.

Com intuito de avaliar se existe uma relação linear entre essas variáveis e em que direção ela ocorre (positiva ou negativa), foram calculados coeficientes de correlação de Pearson (Sousa, 2019). A correlação foi utilizada para avaliar os pressupostos de correlação antes da aplicação de modelos estatísticos mais robustos.

A Análise de Variância para Medidas Repetidas (ANOVA-MR) foi utilizada para investigar as diferenças entre as categorias das palavras (espirituais, negativas e positivas) quanto à especificidade, à quantidade de detalhes, à latência de resposta e às características fenomenológicas. A ANOVA-MR é adequada para dados coletados de forma longitudinal ou em diferentes condições experimentais, permitindo controlar a variabilidade interindividual e aumentar a sensibilidade na detecção de efeitos (Blanca et al., 2017). A suposição de esfericidade foi avaliada por meio do teste de Mauchly, que avalia se a matriz de covariância dos dados viola a esfericidade. Se o teste não for significativo ($p>0,05$), a suposição de esfericidade é assumida, e os resultados da ANOVA podem ser interpretados diretamente (Blanca et al., 2023). No entanto, se o teste for significativo ($p<0,05$), isso indica que a suposição foi violada. Quando essa suposição foi violada, os graus de liberdade foram corrigidos utilizando a estimativa de Greenhouse-Geisser, que aplicam fatores de correção aos graus de liberdade, reduzindo o impacto da violação e tornando a análise mais robusta (Blanca et al., 2023). Comparações post hoc foram conduzidas, quando necessário, com a correção de Bonferroni para evitar o erro do tipo I. Os tamanhos de efeito foram reportados utilizando eta quadrado parcial ($\eta^2 p$).

Foi realizado um teste t de Student de medidas repetidas com o objetivo de investigar em que medida a MA era capaz de impactar os níveis de afetos positivos e negativos da amostra. O pressuposto de homogeneidade de variância foi avaliado por meio do teste de Levene. Foram realizados procedimentos de *bootstrapping* (1000 re-amostragens; 95% IC

BCa) para se obter uma maior confiabilidade dos resultados e, também, para apresentar um intervalo de confiança de 95% para as diferenças entre as médias (Haukoos & Lewis, 2005).

A regressão linear simples foi utilizada para examinar a relação entre a variável preditora (religiosidade/espiritualidade) e as variáveis dependentes (vivacidade, frequência da memória, importância, compartilhamento e valência). Para essa análise, as características fenomenológicas foram consideradas de forma conjunta, independentemente da condição experimental (positiva, negativa ou espiritual), não sendo categorizadas por tipo de palavra.

Esse modelo estatístico permite avaliar se a variável preditora explica uma proporção significativa da variação nas variáveis dependentes, bem como a direção e a magnitude dessa relação (Moreira et al., 2020). Para verificar a adequação do modelo, foram avaliadas as suposições de normalidade dos resíduos, homocedasticidade e ausência de multicolinearidade. A significância do modelo foi testada por meio do coeficiente de regressão (β) e do valor de p , enquanto o coeficiente de determinação (R^2 ajustado) foi utilizado para indicar a proporção da variância explicada pela variável preditora.

6 Resultados

6.1 Caracterização da Amostra

O estudo contou com uma amostra de 70 participantes saudáveis, com idades variando entre 18 e 45 anos ($M=24,86$; $DP=5,69$). Do total, 60% eram do sexo feminino, 40% se autodeclararam pardos e 36% relataram uma renda mensal entre 1 e 3 salários-mínimos. No que se refere ao estado civil, 82% eram solteiros. Em relação à escolaridade, 62% possuíam ensino superior incompleto e 26% estavam em psicoterapia. Quanto ao nível educacional dos pais, 24% dos pais tinham ensino superior completo. Para as mães, a maior parcela, 26%, possuía ensino médio completo. Com relação a religião, 58% se declararam protestante/evangélico. 52% nunca mudaram de religião ou crença ao longo da vida. Os dados completos podem ser observados na Tabela 3.

Tabela 3*Características sociodemográficas*

Variáveis	n	%
Sexo		
Feminino	30	60
Masculino	20	40
Estado Civil		
Solteiro (a)	41	82
Casado(a)	6	12
União Estável	3	6
Renda		
De 0-1 salários-mínimos	5	17,9
De 1 a 3 salários-mínimos	18	36,0
De 3 a 5 salários-mínimos	17	34,0
De 5 a 7 salários-mínimos	3	6,0
Mais de 7 salários-mínimos	7	14,0
Nível educacional do participante		
Ensino médio completo	10	20,0
Ensino superior incompleto	31	62,0
Pós-graduação incompleta	5	10,0
Pós-graduação completa	4	8,0
Religião		
Católico	10	20,0
Protestante/Evangélico	29	58,0
Religião de matriz africana	1	2,0
Ateu	2	4,0
Agnóstico	4	8,0
Espírita	1	2,0
Sem religião, mas espiritualizado	3	6,0
Alguma vez você mudou de religião/crença?		
Sim	24	48,0
Não	26	52,0

6.2 Prevalência de Sintomas Psiquiátricos

Os resultados obtidos a partir da escala DASS-21 indicam que os participantes da amostra apresentaram sintomas leves de ansiedade, depressão e estresse (Tabela 4). A média das pontuações para a ansiedade foi de 9,7 com um desvio padrão de 9,3, sugerindo que a maioria dos participantes demonstrou níveis leves de ansiedade, mas com uma variação significativa entre os indivíduos. Para a depressão, a média foi de 10,61 e o desvio padrão foi de 9,2 o que pode refletir sintomas leves, com uma considerável dispersão nas respostas. Já para o estresse, a média foi de 18,33 e o desvio padrão de 9,1, considerado um quadro de sintomatologia leve. Esses resultados indicam que, de forma geral, os participantes exibiram

sintomas psiquiátricos leves, mas com uma variabilidade significativa, sugerindo a presença de indivíduos com sintomas mais leves na amostra.

Tabela 4

Média e desvio-padrão dos sintomas psiquiátricos

Variáveis	<i>M(DP)</i>
Ansiedade	9,7 (9,3)
Depressão	10,61(9,2)
Estresse	18,33(9,1)

6.3 Análise de Correlação

Para investigar as relações entre as variáveis do estudo, foi realizada uma análise de correlação de Pearson por acatarem os critérios de normalidade. Considerando a influência potencial de variáveis psicológicas, foi conduzida uma análise de correlação parcial, com o controle dos escores de depressão, ansiedade e estresse. Esse procedimento permitiu examinar as associações entre as variáveis principais, eliminando o efeito dessas variáveis de confusão. Os resultados indicaram associações significativas entre diversas variáveis, conforme descrito a seguir (ver Tabela 5).

A especificidade das MAs apresentou uma correlação positiva com o número de detalhes ($r = 0,78, p < 0,001$) e com a presença de memórias espirituais ($r = 0,46, p < 0,001$) e positivas ($r = 0,46, p < 0,001$).

A religiosidade/espiritualidade demonstrou associações significativas com as características fenomenológicas das MAs. Foi observada uma correlação positiva entre religiosidade/espiritualidade e vivacidade das memórias ($r = 0,35, p < 0,001$), frequência de evocação ($r = 0,42, p < 0,001$), importância atribuída às memórias ($r = 0,37, p < 0,001$), compartilhamento ($r = 0,37, p < 0,001$) e valência emocional ($r = 0,31, p < 0,01$).

No que se refere à valência emocional, foi encontrada uma correlação positiva com a vivacidade ($r = 0,25, p < 0,05$), frequência de evocação ($r = 0,39, p < 0,001$), importância da memória ($r = 0,34, p < 0,001$) e compartilhamento ($r = 0,30, p < 0,01$).

Além disso, foi identificada uma correlação negativa e significativa entre a presença de memórias negativas e memórias espirituais ($r = -0,36, p < 0,001$). E entre memórias negativas e memórias positivas ($r = -0,84, p < 0,001$).

Tabela 5

Análise de correlação

Variáveis do Estudo	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1. Especificidade	1,00	0,78*	0,05	0,21	0,46*	-0,21	0,46*	0,20	-0,10	0,06	0,06	-0,02
2. Quantidade de detalhes		1,00	-0,01	0,07	0,40*	-0,13	0,30*	0,25*	-0,05	0,10	0,09	0,05
3. Latênciа			1,00	-0,04	0,06	-0,20	0,13	-0,26	-0,24	-0,23	-0,22	-0,02
4. Religiosidade/espiritualidade				1,00	0,18	-0,06	0,17	0,35*	0,35*	0,42*	0,37*	0,31*
5. Memórias espirituais					1,00	-0,36*	0,62*	0,08	0,04	0,12	0,19	0,23
6. Memórias negativas						1,00	-0,84*	0,06	0,24	0,11	0,10	-0,21
7. Memórias positivas							1,00	0,12	-0,07	-0,07	0,03	0,25*
8. Vivacidade								1,00	0,57*	0,43*	0,45*	0,25*
9. Frequência									1,00	0,50*	0,57*	0,39*
10. Importância										1,00	0,41*	0,34*
11. Compartilhamento											1,00	0,30*
12. Valência												1,00

Nota. *Valores significativos = $p < 0,05$.

6.4 Descritivos dos Resultados do TMA

Foram analisadas 630 memórias evocadas a partir de palavras-estímulo, sendo que cada participante relatou nove memórias autobiográficas: três evocadas por palavras espirituais, três por palavras negativas e três por palavras positivas.

Dentre essas memórias, 557 (88,41%) foram classificadas como específicas, ou seja, referentes a eventos únicos ocorridos em um tempo e local determinados. Entretanto, 50

memórias (7,94%) foram classificadas como estendidas, por se referirem a eventos que ultrapassaram um período de um dia. Treze memórias (2,06%) foram identificadas como categóricas, representando generalizações de eventos semelhantes, e 10 (1,59%) foram consideradas não memórias ou associações semânticas. A Tabela 6 apresenta a distribuição do número de memórias por categoria e tipo de palavra-estímulo.

Tabela 6

Frequência das categorias de MA por tipo de palavras (espirituais, negativas e positivas)

Categorias da MA	Espirituais	Negativas	Positivas	Total
Não memórias	4	3	3	10
Categóricas	4	5	4	13
Estendidas	22	17	11	50
Específicas	180	185	192	557

6.5 Especificidade, Detalhes e Latência

ANOVA-MR

Foi realizada uma ANOVA-MR para avaliar diferenças entre as categorias das palavras (espirituais, negativas e positivas) quanto à especificidade, à quantidade de detalhes e à latência de resposta em adultos saudáveis (Tabela 7). O teste de esfericidade de Mauchly indicou que o pressuposto de esfericidade foi atendido para a especificidade (Mauchly's $W = 0,928; \chi^2(2) = 5,061, p = 0,08$), para a quantidade de detalhes (Mauchly's $W = 0,965; \chi^2(2) = 2,435, p = 0,296$) e para a latência (Mauchly's $W = 0,998; \chi^2(2) = 2,448, p = 0,265$).

Os resultados descritivos da ANOVA-MR, indicaram algumas diferenças sutis (Tabela 7). As memórias evocadas por palavras espirituais ($M = 2,57; DP = 0,62$) apresentaram menor especificidade em comparação com as palavras negativas ($M = 2,64; DP = 0,61$) e positivas ($M = 2,74; DP = 0,55$). Com relação à quantidade de detalhes, observou-se que foi ligeiramente maior para memórias evocadas por palavras positivas ($M = 6,92; DP = 1,02$) em comparação com as negativas ($M = 6,74; DP = 0,95$) e espirituais ($M = 6,64; DP = 0,95$).

2,74) e negativas ($M = 6,41$; $DP = 2,70$) do que para aqueles associados as palavras espirituais ($M = 6,28$; $DP = 2,38$).

Tabela 7

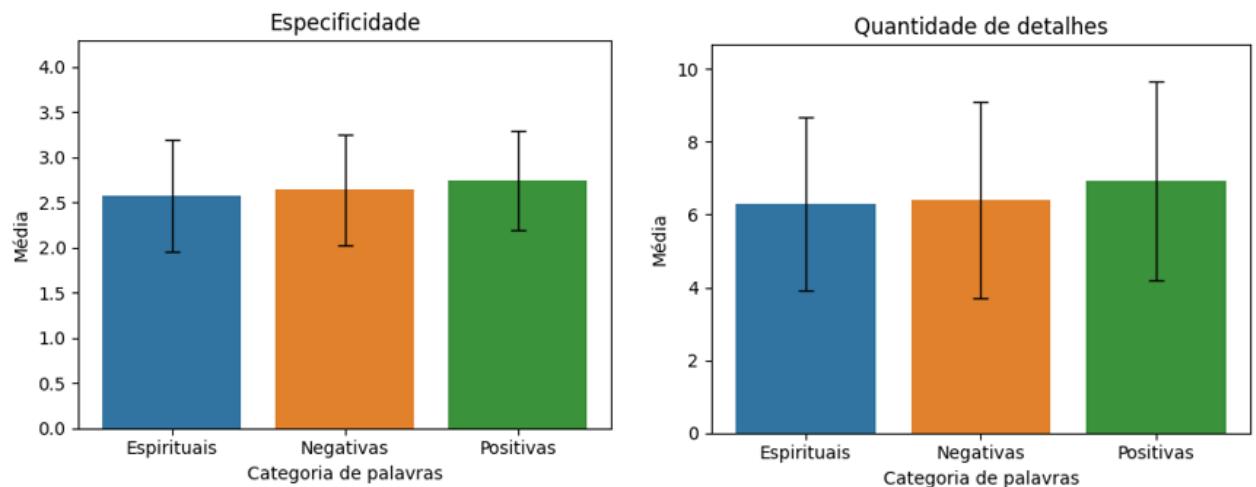
ANOVA-MR entra para as variáveis do TMA por tipo de palavras (espirituais, negativas e positivas)

Variáveis	Espirituais		Negativas		Positivas		$F (2, 138)$
	M	DP	M	DP	M	DP	
Especificidade	2,57	0,62	2,64	0,61	2,74	0,55	2,349
Quantidade de detalhes	6,28	2,38	6,41	2,70	6,92	2,74	2,737
Latência	31,64	22,04	30,13	24,89	31,03	26,77	0,127

Os resultados da ANOVA-MR não revelaram diferenças estatisticamente significativas entre categorias das palavras, a especificidade, a quantidade de detalhes e a latência de resposta (Figura 3).

Figura 3

Gráfico da ANOVA—MR da especificidade e número de detalhes por categoria de palavras

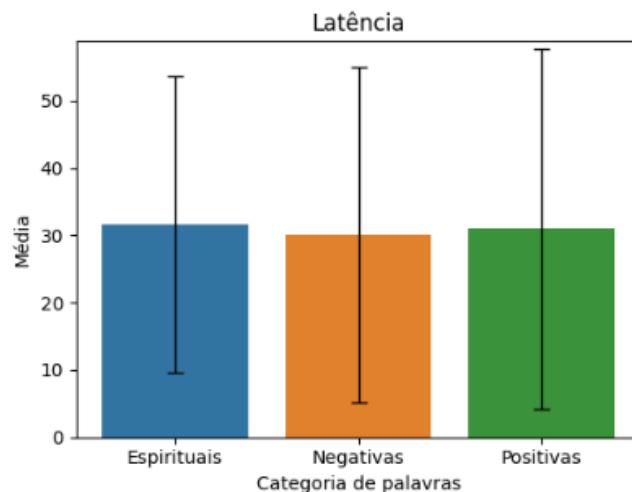


A latência de resposta seguiu um padrão semelhante a quantidades de detalhes (Figura 4), com tempos médios de evocação próximos entre as três categorias: espirituais ($M = 31,64$; $DP = 22,04$), negativas ($M = 30,13$; $DP = 24,89$) e positivas ($M = 31,03$; $DP = 26,77$). A partir desses resultados pode-se observar para uma amostra de adultos saudáveis a

especificidade, o número de detalhes e a latência não diferiram entre as categorias de palavras.

Figura 4

Gráfico da ANOVA—MR da latência por categoria de palavras



6.6 Características Fenomenológicas

A ANOVA-MR foi utilizada com o objetivo de avaliar as qualidades fenomenológicas nas três categorias de palavras (espirituais, negativas e positivas). Foram observadas diferenças significativas, como pode ser observado na Tabela 8.

Tabela 8

Resultados ANOVA-MR entre as categorias de palavras e as características fenomenológicas

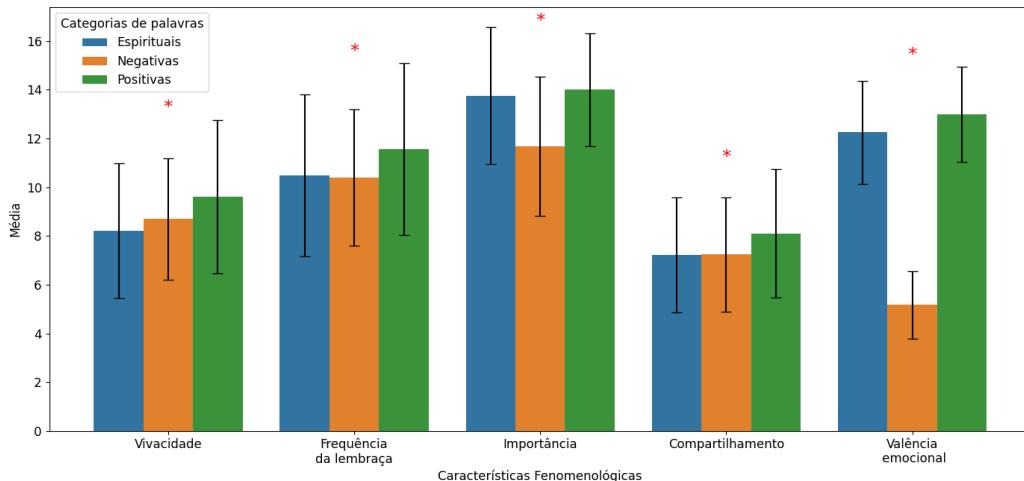
Variáveis	Espirituais		Negativas		Positivas		$F (2, 138)$
	M	DP	M	DP	M	DP	
Vivacidade	8,21	2,76	8,70	2,49	9,62	3,15	8,478**
Frequência	10,49	3,32	10,39	2,79	11,56	3,52	4,144*
Importância	13,75	2,81	11,69	2,86	14,00	2,32	19,560**
Compartilhamento	7,23	2,36	7,24	2,35	8,11	2,64	4,250*
Valênci a	12,25	2,12	5,17	1,38	12,98	1,95	455,345**

Nota. * $p < 0,05$; ** $p < 0,001$.

De forma detalhada, a Figura 5 apresenta um gráfico para a melhor comparação entre as variáveis fenomenológicas.

Figura 5

Gráfico da ANOVA—MR das características fenomenológicas por categoria de palavras



Nota. * Valores da estatística F da ANOVA que foram significativos ($p < 0,05$).

Vivacidade

Para a vivacidade o teste de esfericidade de Mauchly acatou o pressuposto de esfericidade (Mauchly's $W = 0,998$; $\chi^2(2) = 0,113$, $p = 0,945$). O resultado geral da ANOVA-MR indicou diferenças estatisticamente significativas nos escores de vivacidade entre as categorias de palavras ($F(2, 138) = 8,478$, $p < 0,001$; $\eta^2 p = 0,109$).

Análises a posteriori (*post hoc* de Bonferroni) demonstraram que as palavras positivas apresentam a maior vivacidade média ($M = 9,62$), seguido das palavras negativas ($M = 8,70$), e por último, as palavras espirituais ($M = 8,21$). As comparações entre palavras positivas e espirituais apresentou diferença estatisticamente significativa ($p < 0,0001$), assim como, entre palavras negativas e positivas ($p < 0,0001$) (Tabela 8).

Frequência da Recordação

Para a frequência com que a memória foi lembrada a ANOVA-MR apresentou o teste de esfericidade de Mauchly acatou o pressuposto de esfericidade (Mauchly's $W = 0,999$; $\chi^2(2) = 0,045$, $p = 0,978$). O resultado demonstrou diferenças estatisticamente significativas

nos escores de importância entre as categorias de palavras ($F(2, 138) = 4,144, p < 0,05;$ $\eta^2p=0,057$).

Análises a posteriori (*post hoc* de Bonferroni) demonstraram as palavras positivas ($M=11,55$) apresentam memórias lembradas mais facilmente, seguidas das palavras espirituais ($M = 10,48$), e palavras negativas ($M = 10,38$). A comparação entre os grupos demostrou valores estatisticamente significativos para as palavras positivas e negativas ($p<0,0001$) (Tabela 8).

Importância

Para a importância da memória, a ANOVA-MR indicou que o teste de esfericidade de Mauchly confirmou o pressuposto de esfericidade (Mauchly's $W=0,918; \chi^2(2) = 5,927,$ $p=0,626$). Os resultados revelaram diferenças estatisticamente significativas nos escores de importância entre as categorias de palavras ($F(2, 138) = 19,560, p < 0,05; \eta^2p = 0,221$).

Análises a posteriori (*post hoc* de Bonferroni) demonstraram as palavras positivas ($M=14,00$) apresentam memórias mais importantes, seguidas pelas palavras espirituais ($M=13,75$), e por último palavras negativas ($M=11,68$) (Tabela 8). Diferenças estatisticamente significativas foram observadas entre palavras espirituais e negativas ($p<0,001$) e entre palavras positivas e negativas ($p<0,001$) (Tabela 8). Não foram encontradas diferenças significativas entre palavras espirituais e positivas, sugerindo que ambos os grupos evocaram memórias igualmente importantes.

Compartilhamento

Para o compartilhamento a ANOVA-MR apresentou o teste de esfericidade de Mauchly acatou o pressuposto de esfericidade (Mauchly's $W = 0,982; \chi^2(2) = 1,232,$ $p=0,540$). O resultado geral demonstrou que houve diferenças estatisticamente significativas nos escores de importância entre as categorias de palavras ($F(2, 138) = 4,301, p < 0,05;$ $\eta^2p=0,059$).

Análises a posteriori (*post hoc* de Bonferroni) demonstraram que as palavras positivas ($M=8,11$) formaram mais compartilhadas do que as palavras espirituais ($M=7,22$), e palavras negativas ($M=7,24$). Diferenças estatisticamente significativas foram encontradas entre palavras positivas e negativas, mas não entre palavras espirituais e negativas (Tabela 8).

Valência Emocional

Para a valência emocional o teste de esfericidade de Mauchly acatou o pressuposto de esfericidade (Mauchly's $W = 0,986$; $\chi^2(2) = 0,937$, $p = 0,626$). A ANOVA-MR indicou diferenças estatisticamente significativas nos escores de intensidade entre as categorias de palavras ($F(2, 138) = 455,345$, $p < 0,001$; $\eta^2 p = 0,868$).

Análises a posteriori (*post hoc* de Bonferroni) demonstraram as palavras positivas ($M=12,98$) evocaram maior positividade emocional, seguido palavras espirituais ($M=12,25$), e por último, palavras negativas ($M=5,17$). As palavras positivas têm uma valência positiva significativamente maior do que o grupos de palavras espirituais e negativas (Tabela 8).

6.7 Regressão Linear Simples

Foi realizada uma análise de regressão linear simples para investigar em que medida os níveis de religiosidade/espiritualidade explicavam as características fenomenológicas. Essa análise visou avaliar o efeito global da religiosidade/espiritualidade sobre as características fenomenológicas de forma geral. Os valores detalhados são apresentados na Tabela 9.

Tabela 9

Resultados da regressão linear entre religiosidade/espiritualidade e características fenomenológicas

Características fenomenológicas	<i>F</i> (1,68)	<i>p</i>	<i>R</i>² ajustado	β	<i>IC 95% (β)</i>
Vivacidade	12,181	< 0,001	0,139	0,156	[0,067 – 0,244]
Frequência da memória	13,875	< 0,001	0,157	0,173	[0,080 – 0,266]
Importância da memória	16,912	< 0,001	0,187	0,146	[0,075 – 0,217]
Compartilhamento	16,077	< 0,001	0,179	0,139	[0,070 – 0,208]
Valência emocional	10,440	< 0,001	0,162	0,053	[0,034 – 0,134]

A análise de regressão revelou que a religiosidade/espiritualidade influenciaram significativamente na vivacidade ($F(1, 68) = 12,181, p < 0,001; R^2_{\text{ajustado}} = 0,139$). O coeficiente de regressão ($\beta=0,156$; IC95% = 0,067 – 0,244).

A frequência de lembrança também foi influenciada de forma significativa pela religiosidade/espiritualidade ($F(1, 68) = 13,875, p < 0,001; R^2_{\text{ajustado}} = 0,157$). O coeficiente de regressão ($\beta=0,173$; [IC95% = 0,080 – 0,266]) demonstrou que um aumento de um ponto na religiosidade/espiritualidade esteve associado a um aumento de 0,173 pontos na frequência de lembrança.

Na importância atribuída à memória ($F(1, 68) = 16,912, p < 0,001; R^2_{\text{ajustado}} = 0,187$), com coeficiente de regressão ($\beta=0,146$; IC95% = 0,075 – 0,217) indicou que, em média, um aumento de um ponto nos níveis de religiosidade/espiritualidade resultou em um acréscimo de 0,146.

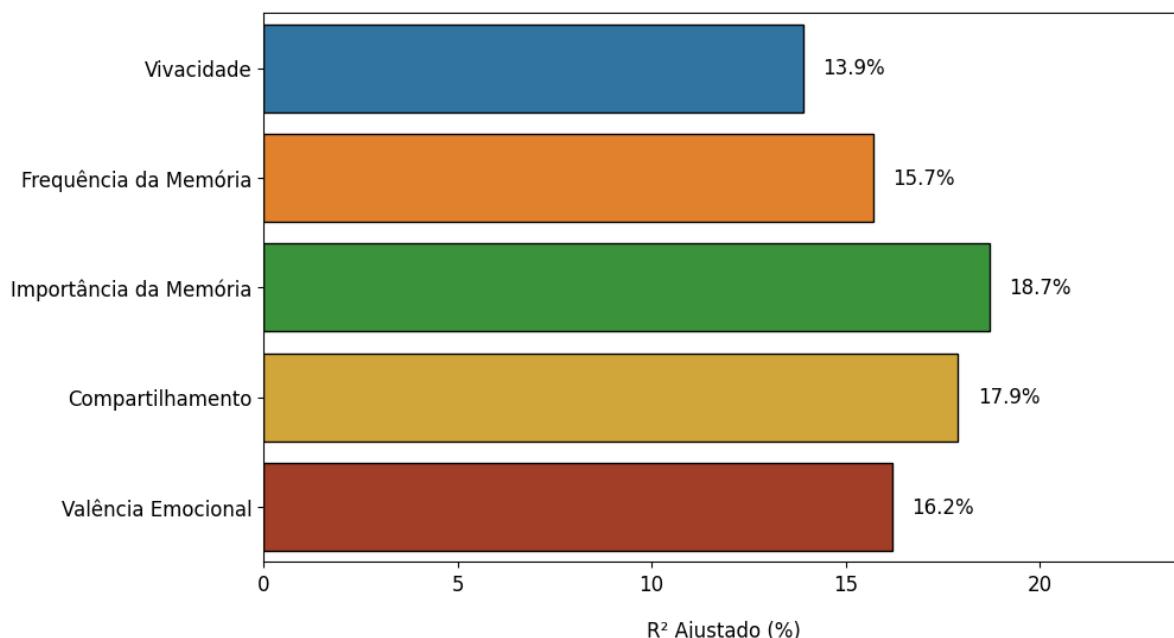
A religiosidade/espiritualidade também explicaram o compartilhamento da memória de forma significativa, indicando que, em média, um aumento de um ponto nos níveis de espiritualidade resultou em um acréscimo de 0,139 ($F(1, 68) = 16,077, p < 0,001; R^2_{\text{ajustado}} = 0,179$), com coeficiente de regressão ($\beta=0,139$; IC95% = 0,070 – 0,208).

Da mesma forma, a religiosidade/espiritualidade impactaram a valência emocional da memória ($F(1, 68) = 10,440, p < 0,001; R^2_{\text{ajustado}} = 0,162$). O coeficiente de regressão ($\beta=0,053$; [IC95% = 0,034 – 0,134]) indicou que um aumento de um ponto nos níveis de religiosidade/espiritualidade correspondeu a um acréscimo de 0,053 pontos na valência emocional da memória.

Para melhor compreensão do quanto a religiosidade/espiritualidade explica as características fenomenológicas, os valores de R^2 ajustados foram convertidos de forma percentual e são representados na Figura 6.

Figura 6

Regressão linear entre a religiosidade/espiritualidade e características fenomenológicas



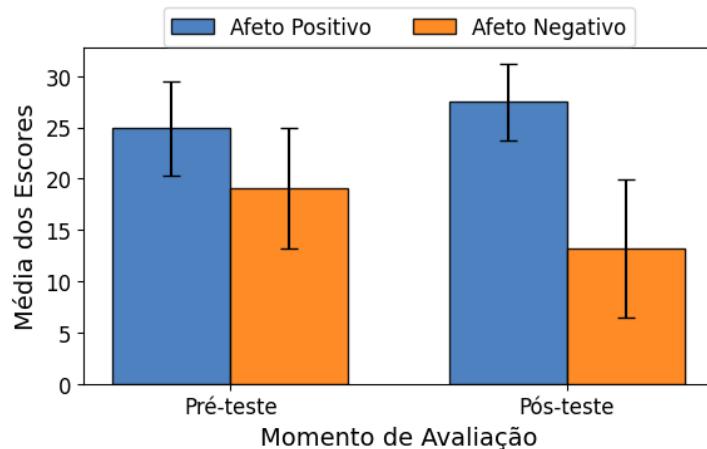
Nota. Os valores de R² ajustado estão expressos em porcentagem para facilitar a interpretação.

6.7 Afetos Positivos e Negativos Pré e Pós teste

Para analisar a influência da MA sobre os níveis de afetos positivos e negativos da amostra, foi realizado o teste t de Student. Os afetos positivo e negativo foram mensurados antes da aplicação do TMA (pré-teste) e após aplicação do TMA (pós-teste) (Figura 7). Os resultados demonstraram que os níveis de afeto positivo foram maiores no pós-teste ($M = 27,47; DP = 3,76$) quando comparado com o pré-teste ($M = 24,90; DP = 4,61$) ($t(69) = -5,476, p < 0,001$), com efeito da diferença foi moderado (d de Cohen = 0,61). Já os níveis de afeto negativo foram menores no pós-teste ($M = 13,17; DP = 6,69$) quando comparado com o pré-teste ($M = 19,04; DP = 5,87$) ($t(69) = 8,268, p < 0,001$), com tamanho de efeito da diferença foi alto (d de Cohen = 0,93).

Figura 7

Média dos momentos de avaliação (pré e pós teste) do afeto positivo e negativo



7 Discussão

O presente estudo teve como objetivo avaliar como as MAs se relacionam com a religiosidade/espiritualidade e a regulação do afeto, considerando suas características de latência, especificidade, quantidade de detalhes e características fenomenológicas. Para isso, essas relações foram analisadas em uma amostra de 70 adultos brasileiros saudáveis.

Especificidade, Detalhes e Latência

Os resultados das correlações sugerem que memórias mais específicas tendem a conter mais detalhes, corroborando achados prévios da literatura (Hallford et al., 2020; Lam et al., 2022). Além disso, as correlações apresentadas na Tabela 6 indicam que relatos mais específicos podem estar associados a uma maior evocação de memórias com conteúdo positivo e espiritual. Esses resultados podem estar relacionados com alguns fatores, por exemplo: por um lado a relação com a amostra não clínica (Hall & Joormann, 2018; Hart-Smith & Moulds, 2020); por outro lado, estudos indicam que memórias com características espirituais e positivas tendem a ser emocionalmente mais significativas e relevantes para a identidade do indivíduo, o que favorece um processamento mais aprofundado e uma maior acessibilidade na recuperação (Farcello, 2012; Tungjitcharoen & Berntsen, 2021).

No presente estudo, observou-se que memórias espirituais estão mais associadas a memórias de características positivas e menos a memórias de características negativas, o que reforça a hipótese de que a religiosidade/espiritualidade pode influenciar a forma como as lembranças autobiográficas são acessadas e interpretadas. Rubin et al. (2019) apresenta que eventos positivos e espirituais frequentemente envolvem maior elaboração cognitiva e uma conexão mais forte com o self, facilitando a codificação detalhada e a retenção dessas memórias na hierarquia autobiográfica.

Ao analisar as diferenças entre as palavras-estímulo apresentadas pelo TMA a partir da ANOVA-MR, não foram identificadas diferenças significativas em relação à especificidade, ao número de detalhes e à latência. Esses resultados também podem ser compreendidos à luz das características da amostra. A especificidade, os detalhes e a latência das memórias são variáveis que tendem a ser mais sensíveis em populações clínicas do que em participantes majoritariamente saudáveis (Belcher & Kangas, 2013; Pergher & Stein, 2008).

A elevada capacidade geral de recordação de memórias específicas na amostra estudada pode ter influenciado os achados, uma vez que 88,41% das memórias evocadas foram classificadas como específicas. Griffith et al. (2009), ao avaliarem as propriedades psicométricas do TMA, concluíram que, segundo as análises da Teoria de Resposta ao Item, o teste é mais preciso para indivíduos com baixa especificidade de memória, ou seja, se a maioria dos participantes já possui uma boa capacidade de recordação específica, o impacto das palavras-estímulo pode ser reduzido. Dessa forma, o TMA pode não ser suficientemente sensível para detectar pequenas variações na especificidade da memória em amostras de funcionais (Barry et al., 2023). O teste parece ser mais eficaz na diferenciação de indivíduos com dificuldades substanciais na recuperação de memórias específicas, como aqueles pertencentes a populações clínicas (do Nascimento & Pergher, 2011).

Os resultados da ANOVA-MR se apresentam diferentes do estudo desenvolvido por Hallin et al. (2020) que encontrou diferenças significativas de especificidade em uma amostra de suecos entre palavras positivas, negativas, neutras e religiosas positivas e negativas, em que as palavras religiosas (positivas e negativas) se apresentaram menos específicas. O próprio estudo destaca que na época apenas 7,9% dos suecos afirmam que a religião é muito importante, o que é diferente do Brasil onde a maioria da população declara ter alguma religião ou ser espiritualizada em alguma medida (Altmann, 2012; Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística [IBGE], 2010; Menegatti-Chequini et al., 2018).

Outro fator importante a ser analisado no estudo de Hallin et al. (2020), é sobre o método de escolha das palavras, o qual, não foi descrito de forma clara, o que impede de avaliar o impacto das propriedades psicométricas do TMA e a compreensão dos termos utilizados para a amostra.

Características Fenomenológicas

Os resultados da ANOVA-MR mostraram que as palavras positivas evocaram memórias com maior vivacidade, frequência de recordação, importância, compartilhamento e valência mais positiva, em comparação com palavras espirituais e negativas. Esses achados corroboram com pesquisas anteriores que destacam o papel das emoções positivas na construção e manutenção das MAs (Conway & Pleydell-Pearce, 2000).

Mais especificamente, os resultados indicaram que as palavras positivas favorecem a evocação de memórias mais vívidas e positivas, essas memórias são mais agradáveis de serem evocadas, podendo ser mais percebidas como mais importantes em comparação com memórias remotas (Sutin & Robins, 2007). Por outro lado, Wolf e Demiray (2019) informam que as memórias negativas também podem ser classificadas como vividas, implicando principalmente nas decisões futuras e na evitação de situações indesejadas. No estudo atual

essa segunda hipótese não foi evidenciada com tanta força, o que pode implicar na estratégia de recordação utilizada, bem como no estado de humor do participante.

A frequência de recordação seguiu um padrão semelhante. Observou-se que memórias evocadas a partir de palavras positivas foram relatadas com maior frequência do que as evocadas por palavras negativas e espirituais. Embora alguns estudos sugiram que memórias negativas sejam lembradas com maior frequência devido ao seu impacto emocional, outros indicam que memórias positivas também podem ser predominantes, dependendo de variáveis subjetivas, como a personalidade (Bisby, et al., 2017; Kensinger, 2007). Contudo, sabe-se que as palavras emocionais, tanto positivas quanto negativas tendem a ser mais bem evocadas do que palavras neutras (Zimmerman & Kelley, 2010).

Com relação à percepção de importância, as palavras positivas e espirituais evocaram memórias consideradas mais relevantes do que aquelas associadas a palavras negativas. Esses eventos tidos como importantes podem estar ligados a experiências positivas e definidoras do self, exercendo um impacto duradouro na identidade e na construção de significado (Stefanidi et al., 2018). Embora o papel dos aspectos positivos e negativos na definição do self já seja amplamente reconhecido (Vaughan-Johnston et al., 2022), este estudo destaca a influência da religiosidade/espiritualidade como um fator adicional na promoção de um self saudável, com base nas características das memórias evocadas.

Ao ser analisado o fator compartilhamento, observou-se que as palavras positivas tendem a ser mais compartilhadas, o que desempenha um papel crucial na consolidação das experiências e no fortalecimento dos vínculos sociais, além de indicar que situações positivas são mais desejáveis socialmente (Alea & Bluck, 2003).

No que tange à valência emocional, as palavras positivas e espirituais geraram memórias significativamente mais agradáveis do que palavras negativas. Esse resultado é consistente com a literatura, que indica que a exposição a estímulos positivos aumenta a

probabilidade de recordação de memórias igualmente positivas, reforçando uma rede associativa entre emoções e memórias (Madan et al., 2019; Speer & Delgado, 2017). As palavras espirituais também favoreceram a recordação de memórias de valência positiva, sendo influenciadas pela regulação emocional e pelo uso de estratégias adaptativas, como a reavaliação cognitiva de eventos passados (Berntsen & Rubin, 2006).

Esses achados podem ser analisados a partir do viés de positividade, um fenômeno documentado na literatura que indica uma tendência de recordar eventos emocionalmente positivos de forma mais clara e detalhada ao longo do tempo e evitar informações negativas (Mather & Carstensen, 2003; Su & Midorikawa, 2024). Por outro lado, em amostras clínicas, pode-se observar um padrão oposto, a avaliação do TMA identificou que pacientes com depressão apresentam um viés negativo para as memórias, além de relatarem recordações menores específicas e menos coerentes (do Nascimento & Pergher, 2011; Hallford & Matsumoto, 2022).

De maneira geral, os resultados podem ser analisados com base nos processos cognitivos envolvidos na modulação da recordação de memórias, considerando que as memórias negativas podem ser moduladas por processos organizacionais na codificação da memória (Holland & Kensinger, 2013). Um desses processos inclui estratégias de regulação emocional, influenciando na forma como os indivíduos se sentem em resposta a um evento, seja no momento da codificação ou da recuperação da memória (Holland & Kensinger, 2013). Por exemplo, Colombo et al. (2021) descreveu que o uso de reavaliação logo após um evento negativo correspondeu a um melhor desempenho de memória e a uma tendência a subestimar posteriormente o impacto emocional do evento. Dessa forma, indivíduos que relatam acessar memórias positivas com maior frequência podem estar reavaliando o evento recordado (Talmi, 2013, 2019).

Religiosidade/espiritualidade e Características Fenomenológicas

Os resultados da regressão linear simples indicaram que a religiosidade/espiritualidade exerce um papel significativo na vivacidade, na frequência que a memória é acessada, na atribuição de importância à memória, no compartilhamento e na valência emocional da memória. Resultados semelhantes foram encontrados no estudo de Tungjitcharoen e Berntsen (2021) que investigou memórias relacionadas a crenças, encontrando fortes características fenomenológicas e poucas diferenças entre categorias de memória. A influência da religiosidade/espiritualidade nessas dimensões pode ser interpretada a partir da relação entre processos cognitivos e aspectos psicológicos e existenciais.

A religiosidade/espiritualidade mostrou-se um preditor significativo para a vivacidade e para a importância atribuída à memória, indicando que indivíduos com maiores níveis de religiosidade/espiritualidade tendem a evocar memórias mais vívidas e a considerá-las mais importantes. Isso pode estar relacionado à forma como a religiosidade/espiritualidade influencia na maneira como os indivíduos interpretam e reprocessam experiências passadas, atribuindo-lhes maior significado e relevância em seu desenvolvimento pessoal e emocional (Vishkin et al., 2019).

Da mesma forma, a religiosidade/espiritualidade esteve associada a uma maior frequência de lembrança, sugerindo que indivíduos mais espiritualizados evocaram MAs com mais frequência e que essas memórias tendem a ser positivas. Esse resultado corrobora com o estudo de amostra de religiosos de Villani et al. (2019) que indica que práticas espirituais e religiosas envolvem recordações de experiências significativas como forma de aprendizado, orientação moral e fortalecimento da identidade, guiando decisões e comportamentos com base em princípios espirituais ou religiosos.

Ademais, a religiosidade/espiritualidade impactou a valência emocional da memória, indicando que memórias evocadas por indivíduos com maiores níveis de religiosidade/espiritualidade tendem a ser avaliadas de forma mais positiva. Esse achado pode estar relacionado à hipótese de que a religiosidade/espiritualidade pode fornecer uma estrutura cognitiva e emocional para reinterpretar experiências passadas de maneira mais positiva, promovendo resiliência psicológica e bem-estar subjetivo, além de contribuir para uma narrativa coerente sobre a própria trajetória, sugerindo que a religiosidade/espiritualidade pode modular a maneira como as memórias são evocadas e interpretadas (Schwalm et al., 2021; Sharma et al., 2024). Ainda não foi explicado se esse efeito se dá pela reavaliação durante a evocação ou se pelo fato do conteúdo das palavras ser positivo.

Afeto Positivo e Negativo

Buscando entender melhor sobre o impacto das recordações autobiográficas na reparação do humor, o teste t de Student foi utilizado para analisar a variação dos afetos antes e depois da aplicação do TMA. Os resultados indicaram uma influência significativa da evocação das MAs sobre os níveis de afetos positivos e negativos da amostra. Foi observado um aumento significativo no afeto positivo no pós-teste em comparação ao pré-teste, e uma diminuição do afeto negativo no pós-teste, com um tamanho de efeito alto ($d = 0,93$). Esses resultados sugerem que a evocação de MAs positivas e espirituais podem facilitar a ressignificação de eventos passados e contribuir para um estado emocional mais equilibrado (Fernández-Pérez et al., 2024; Haag et al., 2024).

Em conjunto, os achados indicam que a natureza das palavras-estímulo exerce um impacto significativo sobre a qualidade fenomenológica das MAs. Palavras positivas geram memórias mais vívidas, emocionalmente agradáveis, mais importantes e compartilhadas com frequência, enquanto palavras negativas evocaram memórias menos recordadas e menos

importantes. Já as palavras espirituais ocupam uma posição intermediária entre as categorias positivas e negativas.

Foi levantada a hipótese que as memórias evocadas por palavras espirituais constituem uma classe distinta de MAs, com características próprias. As palavras de cunho religioso/espiritual podem evocar MAs positivas ou negativas, ainda que apresentem características semelhantes das evocadas por palavras positivas, parecem se apresentar de forma distinta, como uma subcategoria do self, influenciadas por aspectos que constituem memórias autodefinidoras e centrais para o indivíduo.

Para reforçar esse achado Tungjitcharoen e Berntsen (2021) encontraram em seus resultados que os eventos mencionados nas recordações a partir das MAs de crenças religiosas (ex.: participar de culto, experiência religiosa ruim, espiritualizado, conversão, dar à luz, experiência de quase morte) embora fossem considerados centrais e se apresentassem de forma sobreposta às MAs da história de vida relatadas pelas categorias, elas se apresentam de forma diferente.

O presente estudo também sugere que relembrar memórias positivas e espirituais pode ser um fator de resiliência que pode melhorar aspectos de vulnerabilidade para a especificidade da memória, como a vivacidade, a frequência e a valência emocional, além de aprimorar o foco atencional para mecanismos cognitivos positivos e possivelmente diminuir a reatividade de estruturas cognitivas como a amígdala (Sharma et al., 2024).

Estudos futuros podem explorar algumas lacunas desta pesquisa, incluindo os mecanismos que explicam a influência dos afetos na MA por meio de análises de mediação dos afetos emocionais positivos, se as características das MAs religiosas são universais ou específicas para indivíduos com crenças religiosas, se as alterações no afeto decorrem de um efeito acumulativo de variáveis positivas ou de um impacto direto da evocação de MAs, além

de uma análise mais detalhada dos aspectos autobiográficos entre as diferentes categorias de memórias.

Limitações do estudo

Este estudo apresenta algumas limitações importantes. A amostra foi composta por adultos jovens, majoritariamente do sexo feminino e com ensino superior incompleto, o que restringe a generalização dos resultados para outras populações. A baixa variabilidade religiosa entre os participantes também limita a compreensão mais ampla sobre os efeitos de diferentes expressões de espiritualidade e religiosidade na evocação de memórias. Por fim, o delineamento transversal impediu inferências causais entre religiosidade/espiritualidade, afetos e MA. Além disso, o número reduzido de palavras-estímulo no TMA pode ter limitado a diversidade das memórias evocadas.

8 Conclusão

O presente estudo buscou avaliar como as MAs se relacionam com a religiosidade/espiritualidade e a regulação do afeto. Essa avaliação ocorreu a partir da análise do TMA como palavras espirituais, positivas e negativas, que permitiu avaliar a especificidade, detalhes, latência, o conteúdo da MA, além das características fenomenológicas. Também foram utilizadas escalas que avaliaram os sintomas psiquiátricos, afetos e religiosidade/espiritualidade.

Com relação à especificidade das memórias, observou-se que a grande maioria das recordações foram eventos únicos e bem definidos temporalmente. No entanto, a análise de variância não indicou diferenças estatisticamente significativas na especificidade, no número de detalhes e na latência entre as categorias de palavras. Apesar disso, as correlações entre as variáveis indicaram relações positivas entre a especificidade e as memórias de características espirituais e positivas, assim como entre o número de detalhes.

As palavras positivas e espirituais apresentaram memórias mais vívidas, intensas, com maior frequência de recordação e maior compartilhamento. As correlações entre vivacidade, valência emocional e religiosidade/espiritualidade evidenciaram que memórias mais vivas estavam correlacionadas as características do conteúdo da memória, sendo possíveis envolvimentos religiosos e eventos emocionalmente positivos.

A inclusão das análises das características fenomenológicas das MAs contribui para a compreensão mais detalhada da MA, não apenas como um processo cognitivo, mas como um componente central na construção do self e da identidade. Esse enfoque amplia o escopo da pesquisa, permitindo a exploração de como as MAs se relacionam com questões de autodefinição e de significado pessoal, especialmente no contexto da religiosidade/espiritualidade.

Em síntese, este estudo oferece uma nova perspectiva sobre como as experiências espirituais e as MAs podem influenciar a percepção de si e no bem-estar, um tema que até então não havia sido suficientemente explorado. No entanto, pesquisas futuras podem buscar explorar os seguintes aspectos: analisar o papel da MA sobre fatores individuais, como diferenças culturais e históricos de vida; acompanhar os participantes ao longo do tempo poderia revelar mudanças nas memórias e afetos; explorar os correlatos neurofisiológicos das variáveis investigadas.

9 Referências

- Addis, D. R., Knapp, K., Roberts, R. P., & Schacter, D. L. (2012). Routes to the past: neural substrates of direct and generative autobiographical memory retrieval. *Neuroimage*, 59(3), 2908-2922. <https://doi.org/10.1016/j.neuroimage.2011.09.066>
- Alea, N., & Bluck, S. (2003). Why are you telling me that? A conceptual model of the social function of autobiographical memory. *Memory*, 11(2), 165-178.
- <https://doi.org/10.1080/741938207>
- Allen, A. P., Doyle, C., & Roche, R. A. (2020). The impact of reminiscence on autobiographical memory, cognition and psychological well-being in healthy older adults. *Europe's Journal of Psychology*, 16(2), 317.
- <https://doi.org/10.5964/ejop.v16i2.2097>
- Al Saadi, T., Zaher Addeen, S., Turk, T., Abbas, F., & Alkhateeb, M. (2017). Psychological distress among medical students in conflicts: a cross-sectional study from Syria. *BMC medical education*, 17, 1-8. <https://doi.org/10.1186/s12909-017-1012-2>
- Altmann, W. (2012). Censo IBGE 2010 e Religião. *Horizonte*, 10(28), 1122-1129.
<https://doi.org/10.5752/P.2175-5841.2012v10n28p1122-1129>
- Anderson, R. J., Dewhurst, S. A., & Dean, G. M. (2017). Direct and generative retrieval of autobiographical memories: The roles of visual imagery and executive processes. *Consciousness and Cognition*, 49, 163-171.
- <Https://doi.org/10.1016/j.concog.2017.02.010>
- Banks, S. J., Eddy, K. T., Angstadt, M., Nathan, P. J., & Phan, K. L. (2007). Amygdala-frontal connectivity during emotion regulation. *Social cognitive and affective neuroscience*, 2(4), 303-312. <https://doi.org/10.1093/scan/nsm029>
- Barry, T. J., Sze, W. Y., & Raes, F. (2019). A meta-analysis and systematic review of Memory Specificity Training (MeST) in the treatment of emotional disorders.

Behaviour Research and Therapy, 116, 36-51.

<https://doi.org/10.1016/j.brat.2019.02.001>

Barry, T. J., Hallford, D. J., & Takano, K. (2021). Autobiographical memory impairments as a transdiagnostic feature of mental illness: A meta-analytic review of investigations into autobiographical memory specificity and overgenerality among people with psychiatric diagnoses. *Psychological Bulletin*, 147(10), 1054.

<https://doi.org/10.1037/bul0000345>

Barry, T. J., Takano, K., Hallford, D. J., Roberts, J. E., Salmon, K., & Raes, F. (2023). Autobiographical memory and psychopathology: Is memory specificity as important as we make it seem?. *Wiley Interdisciplinary Reviews: Cognitive Science*, 14(3), e1624. <https://doi.org/10.1002/wcs.1624>

Beike, D. R., Brandon, N. R., & Cole, H. E. (2016). Is sharing specific autobiographical memories a distinct form of self-disclosure?. *Journal of Experimental Psychology: General*, 145(4), 434. <https://doi.org/10.1037/xge0000143>

Belcher, J., & Kangas, M. (2013). Autobiographical memory specificity in response to emotion pictorial cues among non-clinical participants. *Australian Journal of Psychology*, 65(4), 250-257. <https://doi.org/10.1111/ajpy.12027>

Berntsen, D., & Rubin, D. C. (2002). Emotionally charged autobiographical memories across the life span: The recall of happy, sad, traumatic and involuntary memories. *Psychology and Aging*, 17(4), 636–652. <https://doi.org/10.1037/0882-7974.17.4.636>

Berntsen, D., & Rubin, D. C. (2006). The centrality of event scale: A measure of integrating a trauma into one's identity and its relation to post-traumatic stress disorder symptoms. *Behaviour Research and Therapy*, 44(2), 219-231.

<https://doi.org/10.1016/j.brat.2005.01.009>

- Berntsen, D., Rubin, D. C., & Siegler, I. C. (2011). Two versions of life: emotionally negative and positive life events have different roles in the organization of life story and identity. *Emotion, 11*(5), 1190. <https://psycnet.apa.org/buy/2011-19041-001>
- Bisby, J., Horner, A., Bush, D., & Burgess, N. (2017). Negative Emotional Content Disrupts the Coherence of Episodic Memories. *Journal of Experimental Psychology. General, 147*, 243 – 256. <https://doi.org/10.1037/xge0000356>.
- Blanca, M. J., Alarcón, R., Arnau, J., Bono, R., & Bendayan, R. (2017). Non-normal data: Is ANOVA still a valid option?. *Psicothema, 29*(4), 552–557.
<https://doi.org/10.7334/psicothema2016.383>
- Blanca, M. J., Arnau, J., García-Castro, F., Alarcón, R., & Bono, R. (2023). Non-normal Data in Repeated Measures ANOVA: Impact on Type I Error and Power. *Psicothema, 35*(1), 21-29. <https://doi.org/10.7334/psicothema2022.292>.
- Bluck, S. (2003). Autobiographical memory: Exploring its functions in everyday life. *Memory, 11*(2), 113-123. <https://doi.org/10.1080/741938206>
- Bluck S, & Alea, N. (2011). Crafting the TALE: construction of a measure to assess the functions of autobiographical remembering. *Memory, 19*(5), 470–486.
<https://doi.org/10.1080/09658211.2011.590500>
- Bluck, S., Alea, N., Habermas, T., & Rubin, D. C. (2005). A tale of three functions: The self-reported uses of autobiographical memory. *Social cognition, 23*(1), 91-117.
<https://doi.org/10.1521/soco.23.1.91.59198>
- Borrelli, G., Lamberti Zanardi, A., Scognamiglio, C., Cinquegrana, V., & Perrella, R. (2024). The relationship between childhood interpersonal and non-interpersonal trauma and autobiographical memory: a systematic review. *Frontiers in Psychology, 15*, 1328835.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1328835>

- Boyacioglu, I., & Akfirat, S. (2015). Development and psychometric properties of a new measure for memory phenomenology: the autobiographical memory characteristics questionnaire. *Memory*, 23(7), 1070-1092.
<https://doi.org/10.1080/09658211.2014.953960>
- Brittlebank, A. D., Scott, J., Mark, J., Williams, G., & Ferrier, I. N. (1993). Autobiographical memory in depression: state or trait marker? *The British Journal of Psychiatry*, 162(1), 118-121. <https://doi.org/10.1192/bjp.162.1.118>
- Brown, R., & Kulik, J. (1977). Flashbulb memories. *Cognition*, 5(1), 73-99.
[https://doi.org/10.1016/0010-0277\(77\)90018-X](https://doi.org/10.1016/0010-0277(77)90018-X)
- Bui, D. C., Friedman, M. C., McDonough, I. M., & Castel, A. D. (2013). False memory and importance: Can we prioritize encoding without consequence?. *Memory & cognition*, 41, 1012-1020. <https://doi.org/10.3758/s13421-013-0317-6>
- Charlesworth, L., Allen, R., Havelka, J., & Moulin, C. (2016). Who am I? Autobiographical retrieval improves access to self-concepts. *Memory*, 24, 1033-1041.
<https://doi.org/10.1080/09658211.2015.1063667>.
- Chiorri, C., & Vannucci, M. (2024). The subjective experience of autobiographical remembering: Conceptual and methodological advances and challenges. *Journal of Intelligence*, 12(2), 21. <https://doi.org/10.3390/intelligence12020021>
- Clore, G. L., Schiller, A. J., & Shaked, A. (2018). Affect and cognition: three principles. *Current opinion in behavioral sciences*, 19, 78-82.
<https://doi.org/10.1016/j.cobeha.2017.11.010>
- Colombo, D., Serino, S., Suso-Ribera, C., Fernández-Álvarez, J., Cipresso, P., García-Palacios, A., ... & Botella, C. (2021). The moderating role of emotion regulation in the recall of negative autobiographical memories. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(13), 7122. <https://doi.org/10.3390/ijerph18137122>

- 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., & Rubin, D. C. (2019). The structure of autobiographical memory. In Theories of memory (pp. 103-137). Psychology Press. ISBN: 9781315782119
- Conway, M. A., Singer, J. A., & Tagini, A. (2004). The self and autobiographical memory: Correspondence and coherence. *Social cognition*, 22(5), 491-529. <https://doi.org/10.1521/soco.22.5.491.50768>
- Contractor, A., Messman, B., Slavish, D., & Weiss, N. (2022). Do positive memory characteristics influence daily-level trajectories of posttraumatic stress disorder symptoms? An exploratory daily diary study. *Anxiety, Stress, & Coping*, 36, 320 – 338. <https://doi.org/10.1080/10615806.2022.2075856>.
- Crane, L., Pring, L., Jukes, K., & Goddard, L. (2012). Patterns of autobiographical memory in adults with autism spectrum disorder. *Journal of autism and developmental disorders*, 42, 2100-2112. <https://doi.org/10.1007/s10803-012-1459-2>
- D'argembeau, A., & Van der Linden, M. (2008). Remembering pride and shame: Self-enhancement and the phenomenology of autobiographical memory. *Memory*, 16(5), 538-547. <https://doi.org/10.1080/09658210802010463>
- do Nascimento, J. M. S., & Pergher, G. K. (2011). Memória autobiográfica e depressão: um estudo correlacional com amostra clínica. *Psicologia: teoria e prática*, 13(2), 142-153. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=193821393011>
- Drače, S., Efendić, E., & Marić, N. (2015). The effect of negative mood intensity on autobiographical recall: Evidence for the underlying role of affect in mood

congruence effect. *Review of psychology*, 22(1-2), 3-10.

<https://hrcak.srce.hr/clanak/238866>

El Haj, M., & Gallouj, K. (2019). Self-defining memories in normal aging. *Current aging science*, 12(1), 43-48. <https://doi.org/10.2174/1874609812666190429130052>

Farcello, C. A. (2012). *The effect of spiritualism on the cognitive functions on learning and memory*. <https://digitalscholarship.unlv.edu/cgi/viewcontent.cgi?ar=mcrer=1>

Fernández-Pérez, D., Ros, L., & Latorre, J. M. (2024). The role of the personal relevance of images in retrieving autobiographical memories for emotion regulation: a randomized controlled trial study. *Current Psychology*, 43(4), 3523-3537. <https://doi.org/10.1007/s12144-023-04582-5>

Fivush, R., & Grysman, A. (2023). Accuracy and reconstruction in autobiographical memory:(Re) consolidating neuroscience and sociocultural developmental approaches. *Wiley Interdisciplinary Reviews: Cognitive Science*, 14(3), e1620. <https://doi.org/10.1002/wcs.1620>.

Fornazari, S. A., & Ferreira, R. E. R. (2010). Religiosidade/espiritualidade em pacientes oncológicos: qualidade de vida e saúde. *Psicologia: teoria e pesquisa*, 26(2), 265-272. <https://doi.org/10.1590/S0102-37722010000200008>

Gardner, R. S., Anderson, H. S., Mainetti, M., & Ascoli, G. A. (2020). Autobiographical memory content and recollection frequency: Public release of quantitative datasets and representative classification analysis. *Journal of Cognition*, 3(1). <https://doi.org/10.5334/joc.105>

Gehrt, T. B., Berntsen, D., Hoyle, R. H., & Rubin, D. C. (2018). Psychological and clinical correlates of the Centrality of Event Scale: A systematic review. *Clinical psychology review*, 65, 57-80. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2018.07.006>

- Gouveia, V. V., Ribeiro, M. G. C., Loureto, G. D. L., Silva, O. F. D., Gouveia, R. S., Vilar, R., & Freire, S. E. D. A. (2019). Scaleof positive and negative affects (EAPN-10): evidenceof its psychometricadequacy. *Trends in Psychology*, 27, 189-203.
<https://doi.org/10.9788/TP2019.1-14>
- Grilli, M. D., & Sheldon, S. (2022). Autobiographical event memory and aging: older adults get the gist. *Trends in Cognitive Sciences*. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2022.09.007>
- Griffith, J., Sumner, J., Debeer, E., Raes, F., Hermans, D., Mineka, S., Zinbarg, R., & Craske, M. (2009). An item response theory/confirmatory factor analysis of the Autobiographical Memory Test. *Memory*, 17, 609 – 623.
<https://doi.org/10.1080/09658210902939348>.
- Guan, L., & Wang, Q. (2020). Does Sharing Memories Make Us Feel Closer? The Roles of Memory Type and Culture. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 53, 344 – 361. <https://doi.org/10.1177/00220221211072809>.
- Haag, C., So, M., Vainre, M., Kleim, B., Dalgleish, T., & Hitchcock, C. (2024). Positive autobiographical memories to counteract low mood in remitted depression: A longitudinal daily-life investigation. *Emotion*. <https://doi.org/10.1037/emo0001330>.
- Hall, K., De Raedt, R., Timpano, K., & Joormann, J. (2018). Positive memory enhancement training for individuals with major depressive disorder. *Cognitive Behaviour Therapy*, 47, 155 – 168. <https://doi.org/10.1080/16506073.2017.1364291>.
- Hallford, D. J., Barry, T. J., Belmans, E., Raes, F., Dax, S., Nishiguchi, Y., & Takano, K. (2021). Specificity and detail in autobiographical memory retrieval: A multi-site (re)investigation. *Memory*, 29(1), 1-10. <https://doi.org/10.1080/09658211.2020.1838548>

- Hallford, D. J. & Matsumoto, N. (2022). Direct retrieval bias for general and specific memories for negatively valenced cues in major depression. *International Journal of Psychology*, 57, 577 – 584. <https://doi.org/10.1002/ijop.12847>.
- Hallford, D. J., Rusanov, D., Yeow, J. J. E., & Barry, T. J. (2021). Overgeneral and specific autobiographical memory predict the course of depression: An updated meta-analysis. *Psychological Medicine*, 51(6), 909-926. <https://doi.org/10.1017/S0033291721001343>
- Hallford, D. J., Rusanov, D., Yeow, J. J., & Barry, T. J. (2022). Reduced specificity and increased overgenerality of autobiographical memory persist as cognitive vulnerabilities in remitted major depression: A meta-analysis. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 29(5), 1515-1529. <https://doi.org/10.1002/cpp.2786>
- Hallin, N., Törnæus, P., Mahmud, W., & Andersson, G. (2020). Autobiographical Memory Specificity for Religious and Nonreligious Cues. *Journal for the Cognitive Science of Religion*, 5(2). <https://doi.org/10.1558/jcsr.40903>.
- Harris, C. B., Rasmussen, A. S., & Berntsen, D. (2014). The functions of autobiographical memory: An integrative approach. *Memory*, 22(5), 559-581. <https://doi.org/10.1080/09658211.2013.806555>
- Harris, C. B., & Berntsen, D. (2019). Direct and generative autobiographical memory retrieval: How different are they?. *Consciousness and Cognition*, 74. <https://doi.org/10.1016/j.concog.2019.102793>.
- Hart-Smith, L., & Moulds, M. (2020). Abstract processing of a positive memory is associated with recalling positive memories from an observer perspective. *Memory*, 28, 576 – 581. <https://doi.org/10.1080/09658211.2020.1749284>.

- Haukoos, J. S., & Lewis, R. J. (2005). Advanced statistics: Bootstrapping confidence intervals for statistics with “difficult” distributions. *Academic Emergency Medicine*, 12(4), 360-365. Doi:10.1197/j.aem.2004.11.018
- Hernández-Nieto, R. A. (2002). Contributions to statistical analysis. *Mérida: Universidad de Los Andes, 193.*
- Hill, T. D., Carr, D. C., Burdette, A. M., & Dowd-Arrow, B. (2020). Life-course religious attendance and cognitive functioning in later life. *Research on Aging*, 42(7-8), 217-225. <https://doi.org/10.1177/0164027520917>
- Hitchcock, C., Werner-Seidler, A., Blackwell, S. E., & Dalgleish, T. (2017). Autobiographical episodic memory-based training for the treatment of mood, anxiety and stress-related disorders: A systematic review and meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 52, 92-107. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2016.12.003>
- Holland, A. C., & Kensinger, E. A. (2010). Emotion and autobiographical memory. *Physics of life reviews*, 7(1), 88-131. <https://doi.org/10.1016/j.plrev.2010.01.006>
- Huttmacher, F., & Morgenroth, K. (2022). The Beginning of the Life Story: The Meaning of the Earliest Autobiographical Memory From an Adult Perspective. *Applied Cognitive Psychology*. <https://doi.org/10.1002/acp.3948>
- Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (2010). Pesquisas. Censo. *Amostra-Religião*. <https://cidades.ibge.gov.br/brasil/pesquisa/23/22107>
- Irish, M., Lawlor, B. A., O’MARA, S. M., & Coen, R. F. (2010). Exploring the recollective experience during autobiographical memory retrieval in amnestic mild cognitive impairment. *Journal of the International Neuropsychological Society*, 16(3), 546-555. <https://doi.org/10.1017/S1355617710000172>
- Jung, J., Lee, C. H., Shin, K., Roh, D., Lee, S. K., Moon, Y. S., ... & Kim, D. H. (2019). Specific association between religiosity and cognitive functions in Alzheimer’s

- disease. *American Journal of Alzheimer's Disease & Other Dementias*, 34(4), 254-260. <https://doi.org/10.1177/1533317519827416>
- Kensinger, E. A. (2007). Negative emotion enhances memory accuracy: Behavioral and neuroimaging evidence. *Current Directions in Psychological Science*, 16(4), 213-218. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8721.2007.00506.x>
- Koenig, H. G. (2001). Religion and medicine II: Religion, mental health, and related behaviors. *The International Journal of Psychiatry in Medicine*, 31(1), 97-109. <https://doi.org/10.2190/BK1B-18TR-X1NN-36GG>
- Koenig, H. G. (2012). Religion, spirituality, and health: The research and clinical implications. *International Scholarly Research Notices*, 2012. <https://www.hindawi.com/journals/isrn/2012/278730/>
- Küçüktaş, S., & St Jacques, P. L. (2022). How shifting visual perspective during autobiographical memory retrieval influences emotion: A change in retrieval orientation. *Frontiers in Human Neuroscience*, 16, 928583. <https://doi.org/10.3389/fnhum.2022.928583>
- Kyung, Y., Yanes-Lukin, P., & Roberts, J. (2016). Specificity and detail in autobiographical memory: Same or different constructs? *Memory*, 24, 272 – 284. <https://doi.org/10.1080/09658211.2014.1002411>
- Lam, K., Barry, T., Hallford, D., Jimeno, M., Pinto, N., & Ricarte, J. (2022). Especificidade e detalhamento da memória autobiográfica e sua associação com depressão no início da adolescência. *Journal of Cognition and Development*, 23, 608 – 623. <https://doi.org/10.1080/15248372.2022.2083138>
- Leersnyder, J., Mesquita, B., & Boiger, M. (2021). What has culture got to do with emotions. *Handbook of advances in culture and psychology*, 8(62), 62-119.

- Lekhak, N., Bhatta, T. R., & Zauszniewski, J. A. (2020). Episodic memory in later life: Benefits of prayer and meditation. *Journal of Holistic Nursing*, 38(1), 30-40. <https://doi.org/10.1177/0898010119898547>
- Lemos, C. A., Hazin, I., & Falcão, J. T. D. R. (2012). Investigação da memória autobiográfica em idosos com Demência de Alzheimer nas fases leve e moderada. *Estudos de Psicologia (Natal)*, 17, 135-144. <https://doi.org/10.1590/S1413-294X2012000100017>
- Levenson, R. W. (1999). The intrapersonal functions of emotion. *Cognition & Emotion*, 13(5), 481-504. <https://doi.org/10.1080/npp.2015.358>
- Levine, B., Svoboda, E., Hay, J. F., Winocur, G., & Moscovitch, M. (2002). Aging and autobiographical memory: Dissociating episodic from semantic retrieval. *Psychology and Aging*, 17(4), 677–689. <https://doi.org/10.1037/0882-7974.17.4.677>
- Li, S., & Berman, S. (2020). Spirituality and adjustment: The role of identity. *Journal of Spirituality in Mental Health*, 22, 285 – 301. <https://doi.org/10.1080/19349637.2019.1593068>
- Lovibond, P. F., & Lovibond, S. H. (1995). The structure of negative emotional states: Comparison of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) with the Beck depression and anxiety inventories. *Behaviour Research and Therapy*, 33(3), 335-343. [https://doi.org/10.1016/0005-7967\(94\)00075-U](https://doi.org/10.1016/0005-7967(94)00075-U)
- Luchetti, M., Rossi, N., Montebarocci, O., & Sutin, A. R. (2016). Continuity of phenomenology and (in) consistency of content of meaningful autobiographical memories. *Consciousness and Cognition*, 42, 15-25. <https://doi.org/10.1016/j.concog.2016.02.011>

- Luchetti, M., & Sutin, A. R. (2016). Measuring the phenomenology of autobiographical memory: A short form of the Memory Experiences Questionnaire. *Memory*, 24(5), 592-602. <https://doi.org/10.1080/09658211.2015.1031679>
- Mace, J. H., Petersen, E. P., & Kruchten, E. A. (2021). Elucidating the mental processes underlying the direct retrieval of autobiographical memories. *Consciousness and Cognition*, 94, 103190. <https://doi.org/10.1016/j.concog.2021.103190>
- Madan, C., Scott, S., & Kensinger, E. (2019). Positive emotion enhances association-memory. *Emotion*, 19(4), 733-740. <https://doi.org/10.1037/emo0000465>
- Madore, K. P., Addis, D. R., & Schacter, D. L. (2015). Creativity and memory: Effects of an episodic-specificity induction on divergent thinking. *Psychological science*, 26(9), 1461-1468. <https://doi.org/10.1177/0956797615591863>
- Markostamou, I., Randall, C., & Kvavilashvili, L. (2023). Dissociations between directly and generatively retrieved autobiographical memories: Evidence from ageing. *Memory*, 31(7), 931-947. <https://doi.org/10.1080/09658211.2023.2212921>
- Marselina, R. (2024). Phenomenological Study of Spiritual Experience in Individuals Experiencing Identity Crisis. *Acta Psychologica*. <https://doi.org/10.35335/psychologia.v3i3.66>.
- Maswood, R., Rasmussen, A., & Rajaram, S. (2019). Collaborative Remembering of Emotional Autobiographical Memories: Implications for Emotion Regulation and Collective Memory. *Journal of Experimental Psychology: General*, 148, 65–79. <https://doi.org/10.1037/xge0000468>.
- Mather, M., & Carstensen, L. L. (2003). Aging and attentional biases for emotional faces. *Psychological science*, 14(5), 409-415. <https://doi.org/10.1111/1467-9280.01455>

Matijevic, S., Hoscheidt, S., & Ryan, L. (2024). Semantic details in autobiographical memory narratives increase with age among younger adults. *Memory*, 1-11.

<https://doi.org/10.1080/09658211.2024.2365302>.

Matsumoto, N., Watson, L. A., Fujino, M., Ito, Y., & Kobayashi, M. (2022). Subjective judgments on direct and generative retrieval of autobiographical memory: The role of interoceptive sensibility and emotion. *Memory & Cognition*, 50(8), 1644-1663.

<https://doi.org/10.3758/s13421-022-01280-8>

McClintock, C. H. Y. (2019). *Intrinsic Spirituality and Acute Stress: Neural Mechanisms Supporting the Relationship Between Spirituality and Reduced Stress Responsivity*. Columbia University. <https://doi.org/10.7916/d8-krym-wc92>

Mickley, K., & Kensinger, E. (2008). Emotional valence influences the neural correlates associated with remembering and knowing. *Cognitive, Affective, & Behavioral Neuroscience*, 8, 143-152. <https://doi.org/10.3758/CABN.8.2.143>.

Monteiro, R. P., Coelho, G. L. D. H., Vilar, R., Andrade, W. S. B., & Pimentel, C. E. (2021). Indirect effects of preference for intense music on mental health through positive and negative affect. *Psychology of Music*, 49(6), 1737-1746.

<https://doi.org/10.1177/0305735620961827>

Monsa, R., Dafni-Merom, A., & Arzy, S. (2024). What makes an event significant: an fMRI study on self-defining memories. *Cerebral Cortex*, 34(7),

<https://doi.org/10.1093/cercor/bhae303>

Moreira, M. S., Rodrigues, M. P., Ferreira, C. F., & Nienov, O. H. (2020). Regressão linear simples e múltipla. *Bioestatística quantitativa aplicada* (Cap. 10, pp. 197–216).

UFRGS. <https://lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/213489/001117628.pdf>

Müller-Bardorff, M., Schulz, C., Peterburs, J., Bruchmann, M., Mothes-Lasch, M., Miltner, W., & Straube, T. (2016). Effects of emotional intensity under perceptual load: An

event-related potentials (ERPs) study. *Biological Psychology*, 117, 141-149.

<https://doi.org/10.1016/j.biopspsycho.2016.03.006>.

Nath, B., Patel, P., & Oremus, M. (2023). The association between religious participation and memory among middle-aged and older adults: A systematic review. *Plos one*, 18(8), e0290279. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0290279>

Nguyen, T., Reeder, S., Knol, R., Butler, P., Devlin, A., & Giumento, M. (2023). The role of spirituality in identity after trauma: a scoping review of quantitative and qualitative evidence. *Self and Identity*, 22, 1113 – 1142.

<https://doi.org/10.1080/15298868.2024.2314315>.

Nourkova, V. V., & Vasilenko, D. A. (2018). On the advantage of autobiographical memory pliability: implantation of positive self-defining memories reduces trait anxiety. *Memory*, 26(7), 869-881. <https://doi.org/10.1080/09658211.2017.1420195>

NOW Corpus. (n.d.). *Corpus of contemporary American English*.

<https://www.corpusdoportugues.org/now/>

Nurkova, V. V. (2022). Self-defining Memories in the System of Self-Memory Interfunctional Relationships. *Cultural-Historical Psychology*, 18(1), 79-89.

<https://doi.org/10.17759/chp.2022180108>

Oberg, A. (2022). The self as source and destination for intuitive interpretations of religious or spiritual experiences. *Religions*, 13(9), 798. <https://doi.org/10.3390/rel13090798>

Öner, S., & Gülgöz, S. (2018). Autobiographical remembering regulates emotions: A functional perspective. *Memory*, 26(1), 15-28.

<https://doi.org/10.1080/09658211.2017.1316510>

Penman, J. (2021). Cognitive and behavioral changes arising from spirituality. *Journal of Religion and Health*, 60(6), 4082-4096. <https://doi.org/10.1007/s10943-021-01321-7>

- Panzini, R. G., Maganha, C., Rocha, N. S. D., Bandeira, D. R., & Fleck, M. P. (2011). Validação brasileira do Instrumento de Qualidade de Vida/espiritualidade, religião e crenças pessoais. *Revista de Saúde Pública*, 45, 153-165.
<https://www.scielosp.org/pdf/rsp/2011.v45n1/153-165/pt>
- Patwardhan, N., & Kulkarni, M. (2020). Exploring self through memory: Narratives of Punjabi and Sindhi Partition survivors. *Memory Studies*, 13, 617 – 632.
<https://doi.org/10.1177/1750698017750001>.
- Pavlacic, J., Witcraft, S., Dixon, L., Buchanan, E., & Schulenberg, S. (2022). Daily changes in state emotion regulation abilities predict positive and negative affect. *Journal of Contextual Behavioral Science*. <https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2022.08.006>.
- Pergher, G. K., & Stein, L. M. (2008). Recuperando memórias autobiográficas: avaliação da versão brasileira do Teste de Memória Autobiográfica. *Psico*, 39(3). <https://revistaseletronicas.pucrs.br/index.php/revistapsico/article/view/4461/3373>
- Pillemer, D. (2003). Directive functions of autobiographical memory: The guiding power of the specific episode. *Memory*, 11(2), 193-202. <https://doi.org/10.1080/741938208>
- Pociunaite, J., & Zimprich, D. (2023). Characteristics of positive and negative autobiographical memories central to identity: emotionality, vividness, rehearsals, rumination, and reflection. *Frontiers in Psychology*, 14, 1225068.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1225068>
- Polit, D. F., & Beck, C. T. (2006). The content validity index: Are you sure you know what's being reported? Critique and recommendations. *Research in Nursing & Health*, 29(5), 489–497. <https://doi.org/10.1002/nur.20147>
- R Core Team. (2022). A language and environment for statistical computing.
<https://www.Rproject.org>

- Ramsay, J. E., Tong, E. M., Chowdhury, A., and Ho, M. H. R. (2019). Teleological explanation and positive emotion serially mediate the effect of religion on well-being. *J. Pers.* 87, 676–689. <https://doi.org/10.1111/jopy.12425>
- Rasmussen, A. S., & Berntsen, D. (2009). Emotional valence and the functions. *Memory & Cognition*, 37, 477–492. <https://link.springer.com/article/10.3758/MC.37.4.477>
- Raud, L., Sneve, M. H., Vidal-Piñeiro, D., Sørensen, Ø., Folvik, L., Ness, H. T., ... & Fjell, A. M. (2023). Hippocampal-cortical functional connectivity during memory encoding and retrieval. *Neuroimage*, 279, 120309. <https://doi.org/10.1016/j.neuroimage.2023.120309>
- Renoult, L., Armon, M., Diamond, N., Fan, C., Jeyakumar, N., Levesque, L., Oliva, L., McKinnon, M., Papadopoulos, A., Selarka, D., St. Jacques, P., & Levine, B. (2020). Classification of general and personal semantic details in the Autobiographical Interview. *Neuropsychologia*, 144. <https://doi.org/10.31234/osf.io/7dwpg>.
- Rstudio Team. (2022). Rstudio: Integrated development environment for R. <https://www.rstudio.com>
- Rubin, D. C., Berntsen, D., Deffler, S. A., & Brodar, K. (2019). Self-narrative focus in autobiographical events: The effect of time, emotion, and individual differences. *Memory and Cognition*, 47(1), 63–75. <https://doi.org/10.3758/s13421-018-0850-4>
- Salmon, K., Isler, L., Jose, P., Glynn, R., Mitchell, C., Dewhirst, M., ... & Reese, E. (2021). Delving into the detail: Greater episodic detail in narratives of a critical life event predicts an increase in adolescent depressive symptoms across one year. *Behaviour Research and Therapy*, 137, 103798. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2020.103798>
- Sampieri, H. R., & Collado, F. C. (2013). *Metodología de pesquisa*. Penso
- Scherman, A. Z., Salgado, S., Shao, Z., & Berntsen, D. (2017). Life script events and autobiographical memories of important life story events in Mexico, Greenland,

- China, and Denmark. *Journal of Applied Research in Memory and Cognition*, 6(1), 60-73. <https://doi.org/10.1037/h0101807>
- Scherman, A. Z., Salgado, S., Shao, Z., & Berntsen, D. (2020). Younger adults report more distress and less well-being: A cross-cultural study of event centrality, depression, post-traumatic stress disorder and life satisfaction. *Applied Cognitive Psychology*, 34(5), 1180–1196. <https://doi.org/10.1002/acp.3707>
- Scherman, A., Salgado, S., Shao, Z., & Berntsen, D. (2023). Self- and other-focused autobiographical memories of life story events across cultures. *Memory*, 31, 1387 – 1401. <https://doi.org/10.1080/09658211.2023.2267226>.
- Schnall, S. (2010). Affect, mood and emotions. Peterson, P, Baker, E & McGaw, B (Ed.). In *Encyclopedia of Behavioral Neuroscience*. Elsevier. <https://doi.org/10.1016/B978-0-08-044894-7.00597-2>
- Schwalm, F., Zandavalli, R., De Castro Filho, E., & Lucchetti, G. (2021). Is there a relationship between spirituality/religiosity and resilience? A systematic review and meta-analysis of observational studies. *Journal of Health Psychology*, 27, 1218 – 1232. <https://doi.org/10.1177/1359105320984537>.
- Sekeres, M., Bonasia, K., St-Laurent, M., Pishdadian, S., Winocur, G., Grady, C., & Moscovitch, M. (2016). Recuperando e prevenindo a perda de memória detalhada: taxas diferenciais de esquecimento para tipos de detalhes na memória episódica. *Learning & Memory*, 23, 72 – 82. <https://doi.org/10.1101/lm.039057.115>
- Sharma, D., Sharma, A., Garg, M., Garg, M., Kapoor, H., & Sondhi, J. (2024). Review of Research on the Effects of Spirituality on Well-Being and Resilience. *Management Insight*. <https://doi.org/10.21844/mijia.19.2.4>.
- Sharot, T., Martorella, E. A., Delgado, M. R., & Phelps, E. A. (2007). How personal experience modulates the neural circuitry of memories of September 11. *Proceedings*

- of the National Academy of Sciences, 104*(1), 389-394.
<https://doi.org/10.1073/pnas.0609230103>
- Sharp, S. (2010). How does prayer help manage emotions?. *Social Psychology Quarterly*, 73(4), 417-437. <https://doi.org/10.1177/0190272510389129>
- Sheldon, S., Chu, S., Nitschke, J. P., Pruessner, J. C., & Bartz, J. A. (2018). The dynamic interplay between acute psychosocial stress, emotion and autobiographical memory. *Scientific Reports*, 8(1), 1–12. <https://doi.org/10.1038/s41598-018-26890-8>
- Shiota, M. N., Sauter, D. A., & Desmet, P. M. (2021). What are ‘positive’ affect and emotion?. *Current Opinion in Behavioral Sciences*, 39, 142-146.
<https://doi.org/10.1016/j.cobeha.2021.03.007>
- Silva, T. M. P. (N.d). Adaptação de palavras para o Teste de Memória Autobiográfica. Em preparação.
- Simplício, M. C. D. S. (2022). *Influência dos eventos estressores precoces e a especificidade e latência da memória autobiográfica: estudo em amostra não clínica*. [Dissertação de Mestrado, Universidade Federal da Paraíba].
https://repositorio.ufpb.br/jspui/handle/123456789/26669?locale=pt_BR
- Singer, J. A., Blagov, P., Berry, M., & Oost, K. M. (2013). Self-defining memories, scripts, and the life story: Narrative identity in personality and psychotherapy. *Journal of personality*, 81(6), 569-582. <https://doi.org/10.1111/jopy.12005>
- Skowronski, J. J., Walker, W. R., Henderson, D. X., & Bond, G. D. (2014). The fading affect bias: Its history, its implications, and its future. *Advances in experimental social psychology*, 49, 163-218. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-800052-6.00003-2>
- Sousa, Á. (2019). Coeficiente de correlação de Pearson e coeficiente de correlação de Spearman: o que medem e em que situações devem ser utilizados?. *Correio dos Açores*, 19-19. <http://hdl.handle.net/10400.3/5365>

Speer, M. E., & Delgado, M. R. (2017). Reminiscing about positive memories buffers acute stress responses. *Nature human behaviour*, 1(5), 0093.

<https://doi.org/10.1038/s41562-017-0093>.

Stefanidi, A., Ellis, D., & Brewer, G. (2018). Free recall dynamics in value-directed remembering. *Journal of Memory and Language*, 100, 18-31.

<https://doi.org/10.1016/J.JML.2017.11.004>

Su, X., & Midorikawa, A. (2024). The retrieval of neutral and positive autobiographical memories: a pilot study. *F1000Research*.

<https://doi.org/10.12688/f1000research.146863.1>.

Sutin, A. R., & Robins, R. W. (2007). Phenomenology of autobiographical memories: The memory experiences questionnaire. *Memory*, 15(4), 390-411.

<https://doi.org/10.1080/09658210701256654>

Sutin, A. R., Luchetti, M., Aschwanden, D., Stephan, Y., & Terracciano, A. (2021). Sense of purpose in life, cognitive function, and the phenomenology of autobiographical memory. *Memory*, 29(9), 1126-1135. <https://doi.org/10.1080/09658211.2021.1966472>

Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2019). *Using multivariate statistics* (7th ed.). Pearson.

Talmi, D. (2013). Enhanced emotional memory: Cognitive and neural mechanisms. *Current Directions in Psychological Science*, 22(6), 430-436.

<https://doi.org/10.1177/0963721413498893>

Talmi, D., Lohnas, L. J., & Daw, N. D. (2019). A retrieved context model of the emotional modulation of memory. *Psychological review*, 126(4), 455.

<https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/rev0000132>

Todd, R. M., Cunningham, W. A., Anderson, A. K., & Thompson, E. (2012). Affect-biased attention as emotion regulation. *Trends in cognitive sciences*, 16(7), 365-372.

<https://doi.org/10.1016/j.tics.2012.06.003>

- Tungjitcharoen, W., & Berntsen, D. (2021). Belief-related memories: autobiographical memories of the religious self. *Memory*, 29(5), 573-586.
<https://doi.org/10.1080/09658211.2021.1923753>
- Tulving, E. (2002). Episodic memory: From mind to brain. *Annual review of psychology*, 53(1), 1-25. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.53.100901.135114>
- Uwland-Sikkema, N., Visser, A., Westerhof, G., & Garssen, B. (2018). How Is Spirituality Part of People's Meaning System?. *Psychology of Religion and Spirituality*, 10, 157–165. <https://doi.org/10.1037/rel0000172>.
- Uzer, T., Akdağ, S., Dalmış, T., Özdemir, T., Demirtaşoğlu, D., Hekimci, İ., Özdemir, B., Polat, D., & Şenyurt, S. (2024). Measuring functions of remembering public events: Development of a functions of collective memory questionnaire. *Applied Cognitive Psychology*. <https://doi.org/10.1002/acp.4213>.
- 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>
- van Mulukom, V. (2017). Remembering religious rituals: Autobiographical memories of high-arousal religious rituals considered from a narrative processing perspective. *Religion, Brain & Behavior*, 7(3), 191-205.
<https://doi.org/10.1080/2153599X.2016.1232304>
- Vaughan-Johnston, T., Fowlie, D., & Jacobson, J. (2022). Connecting Attitude Position and Function: The Role of Self-Esteem. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 49, 1344 – 1362. <https://doi.org/10.1177/01461672221100866>.
- Vignola, R. C. B., & Tucci, A. M. (2014). Adaptation and validation of the depression, anxiety and stress scale (DASS) to Brazilian Portuguese. *Journal of affective disorders*, 155, 104-109. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2013.10.031>

- Villani, D., Sorgente, A., Iannello, P., & Antonietti, A. (2019). The Role of Spirituality and Religiosity in Subjective Well-Being of Individuals With Different Religious Status. *Frontiers in Psychology*, 10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01525>
- Vishkin, A., Bloom, P. B. N., & Tamir, M. (2019). Always look on the bright side of life: religiosity, emotion regulation and well-being in a Jewish and Christian sample. *J. Happiness Stud.* 20, 427–447. <https://doi.org/10.1007/s10902-019>
- Wang, Q., Lee, D., & Hou, Y. (2017). Externalizando o self autobiográfico: compartilhar memórias pessoais online facilitou a retenção de memória. *Memória*, 25, 772 – 76. <https://doi.org/10.1080/0965816.1221115>
- Wang, X., Shao, S., Cai, Z., Cai, Z., Jia, L., Blain, S., & Tan, Y. (2024). Reciprocal effects between negative affect and emotion regulation in daily life. *Behaviour research and therapy*, 176, 104518. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2024.104518>.
- Wardell, V., Madan, C. R., Jameson, T. J., Cocquyt, C. M., Checknita, K., Liu, H., & Palombo, D. J. (2021). How emotion influences the details recalled in autobiographical memory. *Applied Cognitive Psychology*, 35(6), 1454-1465. <https://doi.org/10.1002/acp.3877>
- Wardell, V., & Palombo, D. J. (2024). Stability and malleability of emotional autobiographical memories. *Nature Reviews Psychology*, 1-14. <https://doi.org/10.1038/s44159-024-00312-1>
- Weiss-Cowie, S., Verhaeghen, P., & Duarte, A. (2023). An updated account of overgeneral autobiographical memory in depression. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 149, 105157. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2023.105157>
- Werner-Seidler, A., Tan, L., & Dalgleish, T. (2017). The Vicissitudes of Positive Autobiographical Recollection as an Emotion Regulation Strategy in

- Depression. *Clinical Psychological Science*, 5, 26 – 36.
[https://doi.org/10.1177/2167702616647922.](https://doi.org/10.1177/2167702616647922)
- WHOQoL SRPB Group. (2006). A cross-cultural study of spirituality, religion, and personal beliefs as components of quality of life. *Social science & medicine*, 62(6), 1486-1497.
<https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2005.08.001>
- Williams, J. M. G. (2005). Autobiographical Memory Test. Unpublished manuscript.
- Williams, J. M., & Broadbent, K. (1986). Autobiographical memory in suicide attempters. *Journal of Abnormal Psychology*, 95(2), 144–149. <https://doi.org/10.1037/0021-843X.95.2.144>
- Williams, J. M. G., Barnhofer, T., Crane, C., Herman, D., Raes, F., Watkins, E., et al.(2007). Autobiographical memory specificity and emotional disorder. *Psychological Bulletin*, 133(1), 122e148. <http://dx.doi.org/10.1037/0033-2909.133.1.122>
- Wolf, T., & Demiray, B. (2019). The mood-enhancement function of autobiographical memories: Comparisons with other functions in terms of emotional valence. *Consciousness and cognition*, 70, 88-100.
<https://doi.org/10.1016/j.concog.2019.03.002>
- Wolf, T., & Zimprich, D. (2015). Differences in the use of autobiographical memory across the adult lifespan. *Memory*, 23(8), 1238-1254.
<https://doi.org/10.1080/09658211.2014.971815>
- Xiao, X., Dong, Q., Gao, J., Men, W., Poldrack, R., & Xue, G. (2017). Reintegração de Padrão Neural Transformado durante Recuperação de Memória Episódica. *The Journal of Neuroscience* , 37, 2986 – 2998.
<https://doi.org/10.1523/JNEUROSCI.2324-16.2017>
- Xie, Q. (2013, November). Agree or disagree? A demonstration of an alternative statistic to Cohen's kappa for measuring the extent and reliability of agreement between

observers. In *Proceedings of the Federal Committee on statistical methodology research conference* (Vol. 4, pp. 294-306).

https://nces.ed.gov/FCSM/pdf/J4_Xie_2013FCSM.pdf

Yacoub, I. B. D., & Justi, F. R. D. R. (2020). A relação do fading affect bias com o humor e a memória episódica. *Psicologia em Pesquisa*, 14(3), 111-132.

<https://doi.org/10.34019/1982-1247.2020.v14.30616>

Zhang, Z., & Yuan, K.-H. (2018). *Practical statistical power analysis using WebPower and R*. ISDSA Press.

Zheng, M., Da, H., Pan, X., Bian, Y., Li, X., Xiao, Q., ... & Zhang, Y. (2023). Dorsolateral prefrontal activation in depressed young adults with and without suicidal ideation during an emotional autobiographical memory task: A fNIRS study. *Journal of Affective Disorders*, 326, 216-224. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2023.01.115>

Zimmerman, C., & Kelley, C. (2010). "I'll remember this!" Effects of emotionality on memory predictions versus memory performance. *Journal of Memory and Language*, 62, 240-253. <https://doi.org/10.1016/J.JML.2009.11.004>.

10 Apêndices

Apêndice A – Instrumento Sociodemográfico de Investigação

1. Idade (anos):

(<input type="checkbox"/>) Entre 18 a 24 anos	(<input type="checkbox"/>) Entre 40-60 anos	(<input type="checkbox"/>) Entre 70 a 79 anos
(<input type="checkbox"/>) Entre 25 a 39 anos	(<input type="checkbox"/>) Entre 61-69 anos	(<input type="checkbox"/>) Entre 80 ou mais

2. Data de Nascimento: _____

3. Estado Civil

() Solteiro(a) () Casado(a) () Viúvo(a) () Divorciado(a) () União Estável

4. Qual a sua localização (Cidade/Estado)? _____

5. Como você se considera em relação à sua cor?

() Pardo(a) () Negro(a) () Branco(a)
 () Amarelo(a) () Indígena () Outro, qual: _____

6. Sexo:

() Feminino () Masculino

7. Renda Familiar:

() Até 1 salário mínimo () De 1 a 3 salários () De 3 a 5 salários
 () De 5 a 7 salários () Mais de 7 salários mínimos

8. Faz psicoterapia?

() Sim () Não

9. Faz uso de algum medicamento?

() Sim. Se sim, qual? () Não

10. Você já recebeu algum diagnóstico ou tratamento para distúrbios neurológicos ou psiquiátricos?

11. Se sim, para a pergunta anterior. Qual diagnóstico neurológico ou psiquiátrico?

12. Qual seu grau de escolaridade?

() Fundamental incompleto () Ensino médio completo () Pós-graduação incompleta
 () Fundamental completo () Ensino superior incompleto () Pós-graduação completa
 () Ensino médio incompleto () Ensino superior completo

13. Com relação à sua religião/doutrina/seita/crença, você se considera:

(<input type="checkbox"/>) Católico	(<input type="checkbox"/>) Umbandista	(<input type="checkbox"/>) Budista	(<input type="checkbox"/>) Testemunho de Jeová
(<input type="checkbox"/>) Protestante/Evangélico	(<input type="checkbox"/>) Ateu	(<input type="checkbox"/>) Muçulmano	(<input type="checkbox"/>) Sem religião, mas espiritualizado
(<input type="checkbox"/>) Judeu	(<input type="checkbox"/>) Agnóstico	(<input type="checkbox"/>) Espírita	(<input type="checkbox"/>) Outro. Especifique: _____

14. Alguma vez você mudou de religião/doutrina/crença ao longo da vida?

() Sim () Não () Outro. Especifique: _____

Agradeço a colaboração!

Apêndice B – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE)



Universidade Federal da Paraíba
Centro de Ciências Humanas, Letras e Artes – CCHLA
Programa de Pós-Graduação em Neurociência Cognitiva e Comportamento

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Prezado (a),

Esta pesquisa intitulada “Memórias autobiográficas e suas relações com a espiritualidade e afetos” está sendo desenvolvida por Thaís Mykaella Pereira da Silva, mestrandona Programa de Pós-Graduação em Neurociência Cognitiva e Comportamento, da Universidade Federal da Paraíba, sob a orientação e responsabilidade da Professora Dra. Melyssa Kellyane Cavalcanti Galdino.

Antes de decidir sobre sua participação é importante compreender o motivo e os procedimentos implicados na pesquisa. Dessa forma, leia atentamente as informações que seguem, e em caso de dúvida, consulte os pesquisadores responsáveis ou o Comitê de Ética em Pesquisa.

O objetivo geral desta pesquisa é avaliar como as MAs se relacionam com a espiritualidade, características fenomenológicas e a regulação do afeto. Tendo como objetivos específicos: Analisar a relação entre a especificidade, o número de detalhes e a latência das MAs evocadas e os diferentes tipos de palavras-estímulo apresentadas no TMA; Avaliar como a valência emocional das MAs variam entre as diferentes categorias de palavras-estímulo; Analisar como as características fenomenológicas das MAs (por exemplo, valência emocional, importância, compartilhamento, frequência e vivacidade) estão relacionadas com a espiritualidade; Investigar a influência das MAs evocadas na regulação emocional, considerando os efeitos sobre os níveis de afeto positivo e negativo antes e depois da aplicação do TMA.

Dessa forma, solicitamos a sua colaboração para responder a esse estudo. Informamos que essa pesquisa não apresenta riscos físicos previsíveis, mas pode provocar certo desconforto psicológico e para que isso não ocorra, o questionário será dividido em sessões e o participante ficará livre para interromper o preenchimento a qualquer momento.

Os dados gerados nessa pesquisa poderão ser divulgados em congressos ou revistas científicas, mas a sua identidade será mantida no mais absoluto sigilo. Esclarecemos que sua participação no estudo é voluntária e, portanto, o (a) senhor (a) não é obrigado (a) a fornecer as informações e/ou colaborar com as atividades solicitadas pelo Pesquisador. Caso decida não participar do estudo, ou resolver a qualquer momento desistir do mesmo, não sofrerá nenhum dano ou prejuízo.

Os resultados estarão à sua disposição quando finalizada a pesquisa. Os pesquisadores estarão à sua disposição para qualquer esclarecimento que você considere necessário em qualquer etapa da pesquisa.

Declaramos que o desenvolvimento desta pesquisa seguirá rigorosamente todas as exigências preconizadas pela Resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde do Ministério da Saúde. Em caso de dúvida quanto aos seus direitos ou sobre o desenvolvimento destes estudos, você pode entrar em contato com o coordenador responsável, cujas informações estão ao final.

Diante do exposto, declaro que fui devidamente esclarecido (a) e dou o meu consentimento para participar da pesquisa e para publicação dos resultados. Estou ciente que receberei uma cópia desse documento.

Assinatura do Participante da Pesquisa

Caso necessite de maiores informações sobre o presente estudo, favor contatar o pesquisador: Melyssa Kellyane Cavalcanti Galdino. No e-mail: melyssa_cavalcanti@hotmail.com. Ou endereço (Setor de trabalho): Centro de Ciências Humanas Letras e Artes da Universidade Federal da Paraíba, Campus I – Cidade Universitária - João Pessoa/PB. Ou Comitê de Ética em Pesquisa do Centro de Ciências da Saúde da Universidade Federal da Paraíba Campus I - Cidade Universitária - 1º Andar – João Pessoa/PB - (83) 3216-7791 – E-mail: eticaccsufpb@hotmail.com.

Assinatura do Pesquisador Responsável

Assinatura do Pesquisador Participante

Apêndice C – Questões usadas para a avaliação feita pelos juízes

1-Categoría da memória:

Selecione a categoria que melhor descreve o tipo de memória evocada, atribuindo a pontuação correspondente

Categoria	Pontuação
() Associação semântica ou não-memória	0
() Memória categórica	1
() Memória estendida	2
() Memória específica	3

2- A memória contém experiência ou conteúdo religioso/espiritual?

() Sim () Não

3-Valência emocional?

() Positiva () Negativa

4-Número de detalhes

(Registrar a quantidade de informações contextuais, sensoriais, emocionais etc., presentes no relato)

11 Anexos

Anexo A - Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse (DASS-21)

Instruções

Por favor, leia cuidadosamente cada uma das afirmações abaixo e circule o número apropriado 0, 1, 2 ou 3 que indique o quanto ela se aplicou a você durante a última semana, conforme a indicação a seguir:

0	1	2	3
Não se aplicou de maneira alguma	Aplicou-se em algum grau, ou por pouco de tempo	Aplicou-se em um grau considerável, ou por uma boa parte do tempo	Aplicou-se muito, ou na maioria do tempo

Assinale com “X” a alternativa que melhor descreve sua resposta a cada questão.

1	Achei difícil me acalmar	0	1	2	3
2	Senti minha boca seca	0	1	2	3
3	Não consegui vivenciar nenhum sentimento positivo	0	1	2	3
4	Tive dificuldade em respirar em alguns momentos (ex. respiração ofegante, falta de ar, sem ter feito nenhum esforço físico)	0	1	2	3
5	Achei difícil ter iniciativa para fazer as coisas	0	1	2	3
6	Tive a tendência de reagir de forma exagerada às situações	0	1	2	3
7	Senti tremores (ex. nas mãos)	0	1	2	3
8	Senti que estava sempre nervoso	0	1	2	3
9	Preocupei-me com situações em que eu pudesse entrar em pânico e parecesse ridículo (a)	0	1	2	3
10	Senti que não tinha nada a desejar	0	1	2	3
11	Senti-me agitado	0	1	2	3
12	Achei difícil relaxar	0	1	2	3
13	Senti-me depressivo (a) e sem ânimo	0	1	2	3
14	Fui intolerante com as coisas que me impediam de continuar o que eu estava fazendo	0	1	2	3
15	Senti que ia entrar em pânico	0	1	2	3
16	Não consegui me entusiasmar com nada	0	1	2	3
17	Senti que não tinha valor como pessoa	0	1	2	3
18	Senti que estava um pouco emotivo/sensível demais	0	1	2	3
19	Sabia que meu coração estava alterado mesmo não tendo feito nenhum esforço físico (ex. aumento da frequência cardíaca, disritmia cardíaca)	0	1	2	3
20	Senti medo sem motivo	0	1	2	3
21	Senti que a vida não tinha sentido	0	1	2	3

Anexo B - Instrumento de Qualidade de Vida da Organização Mundial da Saúde -

Módulo Espiritualidade, Religiosidade e Crenças Pessoais (WHOQOL-SRPB)

As seguintes perguntas indagam a respeito das suas **crenças espirituais, religiosas ou pessoais**, e como essas crenças afetaram a sua qualidade de vida. Estas perguntas são planejadas para serem aplicáveis a pessoas com origem em muitas culturas diferentes, com uma variedade de crenças espirituais, religiosas ou pessoais. Se você acredita em determinada religião, como por exemplo o Judaísmo, Cristianismo, Islamismo ou Budismo, você provavelmente responderá às perguntas a seguir lembrando-se das suas crenças religiosas. Se não seguir a uma religião específica, mas ainda acredita que existe algo mais elevado e mais poderoso além do mundo físico e material, você poderá responder às perguntas que seguem a partir desta perspectiva. Por exemplo, você pode acreditar em uma força espiritual superior ou no poder curativo da natureza. Por outro lado, você talvez não acredite em uma entidade espiritual superior, mas poderá ter crenças pessoais fortes ou algo que segue, como, por exemplo, acreditar em uma teoria científica, um modo de vida pessoal, uma determinada filosofia ou código moral e ético.

Quando em algumas perguntas forem utilizadas palavras como espiritualidade, por favor, responda em termos de seu próprio sistema de crença pessoal, seja ele religioso, espiritual ou pessoal.

As perguntas a seguir indagam como as suas crenças afetaram diversos aspectos da sua qualidade de vida **nas últimas duas semanas**. Por exemplo, uma pergunta é: “Até que ponto você se sente ligado à sua mente corpo e alma? Se você tiver vivenciado muito isso, faça um círculo em torno do número abaixo de “muito”. Se não tiver vivenciado isso em nenhum momento, faça um círculo em torno do número abaixo de “nada”. Você deve fazer um círculo em torno de um dos números no meio, se desejar indicar que a sua resposta está em algum ponto entre “Nada” e “Muito”. As perguntas referem-se **às últimas duas semanas**.

SP1.1 Até que ponto alguma ligação a um ser espiritual ajuda você a passar por épocas difíceis?

Nada 1 Muito pouco 2 Mais ou menos 3 Bastante 4 Extremamente 5

SP1.2 Até que ponto alguma ligação com um ser espiritual ajuda você a tolerar o estresse?

Nada 1 Muito pouco 2 Mais ou menos 3 Bastante 4 Completamente 5

SP1.3 Até que ponto alguma ligação com um ser espiritual ajuda você a compreender os outros?

Nada 1 Muito pouco 2 Mais ou menos 3 Bastante 4 Extremamente 5

SP1.4 Até que ponto alguma ligação com um ser espiritual conforta/tranquiliza você?

Nada 1 Muito pouco 2 Mais ou menos 3 Bastante 4 Extremamente 5

SP2.1 Até que ponto você encontra um sentido na vida?

Nada 1 Muito pouco 2 Mais ou menos 3 Bastante 4 Extremamente 5

SP2.2 Até que ponto cuidar de outras pessoas proporciona um sentido na vida para você?

Nada 1 Muito pouco 2 Mais ou menos 3 Bastante 4 Extremamente 5

SP2.3 Até que ponto você sente que a sua vida tem uma finalidade?

Nada 1 Muito pouco 2 Mais ou menos 3 Bastante 4 Extremamente 5

SP2.4 Até que ponto você sente que está aqui por um motivo?

Nada 1 Muito pouco 2 Mais ou menos 3 Bastante 4 Extremamente 5

SP5.1 Até que ponto você sente força espiritual interior?

Nada 1 Muito pouco 2 Mais ou menos 3 Bastante 4 Extremamente 5

SP5.2 Até que ponto você pode encontrar força espiritual em épocas difíceis?

Nada 1 Muito pouco 2 Mais ou menos 3 Bastante 4 Extremamente 5

SP8.1 Até que ponto a fé contribui para o seu bem-estar?

Nada 1 Muito pouco 2 Mais ou menos 3 Bastante 4 Extremamente 5

SP8.2 Até que ponto a fé lhe dá conforto no dia-a-dia?

Nada 1 Muito pouco 2 Mais ou menos 3 Bastante 4 Extremamente 5

SP8.3 Até que ponto a fé lhe dá força no dia-a-dia?

Nada 1 Muito pouco 2 Mais ou menos 3 Bastante 4 Extremamente 5

SP3.2 Até que ponto você se sente espiritualmente tocado pela beleza?

Nada 1 Muito pouco 2 Mais ou menos 3 Bastante 4 Extremamente 5

SP3.3 Até que ponto você tem sentimentos de inspiração (emoção) na sua vida?

Nada 1 Muito pouco 2 Mais ou menos 3 Bastante 4 Extremamente 5

SP3.4 Até que ponto você se sente agradecido por poder apreciar (“curtir”) as coisas da natureza?

Nada 1 Muito pouco 2 Mais ou menos 3 Bastante 4 Extremamente 5

SP7.1 Quão esperançoso você se sente?

Nada 1 Muito pouco 2 Mais ou menos 3 Bastante 4 Extremamente 5

SP7.2 Até que ponto você está esperançoso com a sua vida?

Nada 1 Muito pouco 2 Mais ou menos 3 Bastante 4 Extremamente 5

SP3.1 Até que ponto você consegue ter admiração pelas coisas a seu redor? (por exemplo: natureza, arte, música)

Nada 1 Muito pouco 2 Médio 3 Muito 4 Completamente 5

SP4.1 Até que ponto você sente alguma ligação entre a sua mente, corpo e alma?

Nada 1 Muito pouco 2 Médio 3 Muito 4 Completamente 5

SP4.3 Até que ponto você sente que a maneira em que vive está de acordo com o que você sente e pensa?

Nada 1 Muito pouco 2 Médio 3 Muito 4 Completamente 5

SP4.4 O quanto as suas crenças ajudam-no a criar uma coerência (harmonia) entre o que você faz, pensa e sente?

Nada 1 Muito pouco 2 Médio 3 Muito 4 Completamente 5

SP5.3 O quanto a força espiritual o ajuda a viver melhor?

Nada 1 Muito pouco 2 Médio 3 Muito 4 Completamente 5

SP5.4 Até que ponto a sua força espiritual o ajuda a se sentir feliz na vida?

Nada 1 Muito pouco 2 Médio 3 Muito 4 Completamente 5

SP6.1 Até que ponto você se sente em paz consigo mesmo?

Nada 1 Muito pouco 2 Médio 3 Muito 4 Completamente 5

SP6.2 Até que ponto você tem paz interior?

Nada 1 Muito pouco 2 Médio 3 Muito 4 Completamente 5

SP6.3 O quanto você consegue sentir paz quando você necessita disso?

Nada 1 Muito pouco 2 Médio 3 Muito 4 Completamente 5

SP6.4 Até que ponto você sente um senso de harmonia na sua vida?

Nada 1 Muito pouco 2 Médio 3 Muito 4 Completamente 5

SP7.3 Até que ponto ser otimista melhora a sua qualidade de vida?

Nada 1 Muito pouco 2 Médio 3 Muito 4 Completamente 5

SP7.4 O quanto você é capaz de permanecer otimista em épocas de incerteza?

Nada 1 Muito pouco 2 Médio 3 Muito 4 Completamente 5

SP8.4 Até que ponto a fé o ajuda a gozar (aproveitar) a vida?

Nada 1 Muito pouco 2 Médio 3 Muito 4 Completamente 5

SP4.2 Quão satisfeito você está por ter um equilíbrio entre a mente, o corpo e a alma?

Nada 1 Insatisfeito 2 Nem satisfeito nem insatisfeito 3 Satisfeito 4 Muito satisfeito 5

Anexo C - Afeto Positivo e Negativo

Este questionário consiste num conjunto de sentimentos e emoções. Leia cada item e marque a resposta de acordo com a forma como você se sentiu durante o último mês.

	Nunca						Muito Frequentemente
	1	2	3	4	5	6	7
1- Feliz							
2-Depressivo							
3-Satisfeito							
4-Frustrado							
5-Nervoso							
6-Divertido							
7-Preocupado							
8-Otimista							
9-Infeliz							
10-Alegre							

Anexo D - Questionário de Características da Memória Autobiográfica

1. Quão vividamente você se lembra dessa memória?

- (1) Minha memória desse evento é muito vaga
- (2) Lembro-me do evento com muita clareza
- (3) As coisas que experimentei durante o evento são tão vívidas que sinto como se tivesse acontecido ontem
- (4) Lembro-me vividamente da situação em que o evento ocorreu, como se eu estivesse lá
- (5) Se eu pedisse, poderia fazer um filme sobre o evento que retratasse exatamente o que aconteceu, porque me lembro muito claramente

2. O quanto você tem compartilhado essa memória?

- (1) Não compartilho essa memória com outras pessoas
- (2) Não conversei sobre o evento com outras pessoas
- (3) Desde que aconteceu, falei muitas vezes sobre este evento com outras pessoas
- (4) Costumo falar sobre este evento com meus amigos ou familiares
- (5) Compartilho frequentemente esta memória com outras pessoas

3. O quanto esse evento foi positivo ou negativo para você?

- (1) Extremamente Negativo
- (2) Muito Negativo
- (3) Negativo
- (4) Nem positivo, nem negativo
- (5) Positivo
- (6) Muito Positivo
- (7) Extremamente Positivo

4. Com que frequência você lembrou sobre o evento?

- (1) Tive que procurar na minha memória para relembrar esse acontecimento
- (2) Não me lembro desse acontecimento com muita frequência
- (3) Desde que este evento aconteceu, pensei ou falei sobre isso
- (4) Essa lembrança veio espontaneamente à minha mente enquanto eu lia as instruções
- (5) É fácil para mim recordar esta memória
- (6) Eu me pego lembrando desse evento constantemente enquanto penso em outra coisa

5. Quão importante o evento foi para você?

- (1) Não é Importante
- (2) Pouco Importante
- (3) Moderadamente Importante
- (4) Importante
- (5) Muito Importante
- (6) Extremamente Importante