

Depleção do ego: uma contextualização do fenômeno na pesquisa do consumidor

Ego depletion: a phenomenon contextualization in consumer research

FERNANDA CATELAN CALLEGARO

Doutoranda em Administração de Empresas – Programa de Pós-graduação em Administração, PUCRS
e-mail: fercallegaro@hotmail.com

Resumo

O fenômeno em que os indivíduos reduzem significativamente a sua capacidade de se autocontrolar após terem exercido duas tarefas consecutivas é conhecido como o efeito da depleção do ego (*ego-depletion*) (Muraven, Tice & Baumeister, 1998). Essa abordagem teórica pressupõe que os efeitos da depleção do ego ocorrem devido à disponibilidade limitada de recursos do autocontrole, um conjunto de recursos psicológicos aos quais os indivíduos recorrem como forma de resistir a respostas impulsivas (Muraven & Baumeister, 2000). No contexto da psicologia social, o tema vem sendo amplamente investigado, em vista do crescente número de estudos publicados. Em contrapartida, no comportamento do consumidor, esse número é menos expressivo (Baumeister, Sparks, Stillman & Vohs, 2008). Com base nesse cenário, este artigo se propõe a analisar os estudos que integram as temáticas depleção do ego e a tomada de decisão do consumidor. Para tanto, o método utilizado foi uma revisão sistemática da literatura, a qual abrangeu periódicos expressivos da área como, por exemplo, o *Journal of Consumer Research* (JCR). Os resultados mostram que a área do comportamento do consumidor tem buscado contribuir para o avanço da compreensão do fenômeno, uma vez que tem proposto novas teorias para explicar os efeitos da depleção do ego.

Palavras-chave: Autocontrole; Depleção do ego; Tomada de decisão; Consumidor.

Abstract

The phenomenon in which individuals significantly reduce their ability to self-control after having performed two consecutive tasks is known as the ego-depletion effect (Muraven, Tice & Baumeister, 1998). This theoretical approach presupposes that the effects of ego-depletion occur due to the limited availability of resources of self-control, a set of psychological resources that individuals resort to as a way of resisting impulsive responses (Muraven & Baumeister, 2000). In the context of social psychology, the subject has been extensively investigated, in view of the growing number of published studies. On the other hand, in consumer behavior, this number is less expressive (Baumeister, Sparks, Stillman & Vohs, 2008). Based on this scenario, this article proposes to analyze the studies that integrate ego-depletion themes as well as consumer decision making. Therefore, the method used was a systematic review of literature, which included important journals in the field such as, the *Journal of Consumer Research* (JCR). The results show that the area of consumer behavior has sought to contribute to the advancement of the understanding of the phenomenon, as it has proposed new theories to explain the effects of ego-depletion.

Keywords: Self-control; Ego Depletion; Decision making; Consumer.

1 Introdução

Muitas funções cruciais da nossa vida envolvem a vontade própria: fazer escolhas e decisões, assumir responsabilidades, iniciar ou inibir um comportamento, fazer planos de ação e realizar esses planos (Baumeister, Heatherton & Tice, 1994). A vontade própria, por sua vez, é orientada pelo “autocontrole” ou “autorregulação”, termos usados de forma intercambiável, para se referir à capacidade de autorregular nossas emoções, pensamentos e comportamentos em face às tentações e impulsos para cumprir nossos objetivos e metas, sejam de curto ou longo prazo (Fujita & Han, 2009). É como se, ao pé do ouvido, alguma força interna nos dissesse: “Você realmente não deveria, este item é realmente necessário?” (Baumeister, Sparks, Stillman & Vohs, 2007).

Porém, em muitas situações, a nossa capacidade de se autocontrolar está sujeita a falhas. Essas falhas, por sua vez, contribuem para a maioria dos problemas enfrentados pelas sociedades atuais, incluindo vícios, abuso de álcool, drogas, jogos, distúrbios alimentares, comportamento violento e criminoso, procrastinação, falta de exercício físico, tabagismo, endividamento, falência, AIDS e outras doenças sexualmente transmissíveis, sendo que esse conjunto de malefícios poderia ser minimizado ou completamente evitado, caso o nosso autocontrole não tivesse falhado (Baumeister, Muraven & Tice, 2000). Mas por que o nosso autocontrole falha?

Partindo dessa inquietação, estudos experimentais no âmbito da psicologia social têm direcionado esforços significativos de pesquisa, a fim de compreender esse fenômeno. De acordo com Baumeister, Muraven & Tice (2000), qualquer tarefa ou atividade que exija uma sensação de autocontrole – impulsos inibidores ou dominantes, regulação das emoções ou até mesmo escolhas e decisões complexas – utilizam recursos ou energia, cuja capacidade de fornecimento é limitada. Assim, quando os indivíduos se envolvem em um ato que exige autocontrole, essa oferta diminui, e um estado chamado “depleção do ego” ou “esgotamento do ego” prevalece. Por sua vez, essa redução de força observada em uma tarefa inicial tende a comprometer uma tarefa subsequente. Logo, somente após um período de recuperação desse “suprimento de força”, a capacidade dos indivíduos para obter autocontrole é restaurada (DeWall, Baumeister, Gailliot & Maner, 2007).

Nesse cenário de pesquisa, destaca-se o estudo inicial conduzido por Baumeister, Bratslavsky, Muraven & Tice (1998) ao demonstrarem as primeiras evidências dos efeitos associados à depleção do ego. Primeiramente, eles evidenciaram que os sujeitos que resistiram ao desejo de comer chocolates e biscoitos em uma primeira tarefa, mostraram-se menos capazes de resolver

uma segunda tarefa, um quebra-cabeça considerado complexo. Efeitos similares ocorreram quando os participantes foram instruídos a suprirem suas emoções durante um filme, onde novamente enfrentaram dificuldades para solucionar um anagrama. Após esse estudo inicial, vários estudos subsequentes apoiaram esse efeito, porém abrangendo diferentes contextos e situações. Nesse sentido, considera-se que atualmente a depleção do ego trata-se de uma temática relevante na psicologia social, face ao crescente número de estudos publicados, os quais têm buscado contribuir para o avanço das teorias sobre o tema, incluindo novas variáveis moderadoras e mediadoras (Hagger, Wood, Stiff & Chatzisarantis, 2010).

Em relação ao comportamento do consumidor, o tema ainda pode ser considerado incipiente, se comparado ao escopo de estudos concretizados na psicologia social, embora Baumeister, Sparks, Stillman e Vohs (2008, p.4) já tenham assinalado que a depleção do ego consiste em um tema frutífero em estudos de consumo: “o comportamento do consumidor é uma janela útil sobre a natureza humana, através da qual muitos padrões distintos da cognição e do comportamento podem ser observados [...] a psicologia do consumidor apresenta um excelente contexto para analisar e estudar falhas no autocontrole” no artigo “Free will in consumer behavior: Self-control, ego-depletion, and choice”, publicado em 2008 no *Journal of Consumer Psychology*. Considerando que há oportunidade de desenvolvimento de estudos nessa área, este artigo se propõe a analisar os estudos que integram a depleção do ego e a tomada de decisão do consumidor. Pretende-se assim, mapear os principais estudos abordados, suas manipulações e os efeitos moderadores ou mediadores.

2 Referencial Teórico

2.1 Bases teóricas da depleção do ego: A teoria do modelo de força versus a teoria do monitoramento de conflitos.

Considerando o conceito – depleção do ego –, observa-se que na pesquisa acadêmica atual duas principais teorias têm embasado a compreensão do fenômeno. A primeira delas, e mais proeminente, foi proposta por Baumeister, Heatherton & Tice (1994) em “*Losing control: How and why people fail at self-regulation*”, denominada modelo de força do autocontrole. O modelo de força oferece uma explicação para o autocontrole que transcende os modelos de aprendizagem cognitiva e associativa (Baumeister *et al.*, 1998). Sob essa ótica, o autocontrole opera como uma reserva de força ou energia (Muraven & Baumeister, 2000). Fazendo uma analogia a um músculo humano, pressupõe-se que o desempenho do autocontrole seja comprometido

durante esforços consecutivos ou contínuos (Baumeister, Bratslavsky, Muraven & Tice, 1998). Dessa forma, se o autocontrole é impulsionado por uma reserva de energia ou força, logo, quando um indivíduo é exposto a uma tarefa que exige autocontrole, consequentemente alguma quantidade desse recurso será consumida. Ao enfrentar outra tarefa, na qual também exija autocontrole, essa reserva de energia, por sua vez, será ainda mais comprometida. Como resultado, essa redução de energia tem significativas implicações no desempenho dos indivíduos em tarefas que demandem algum nível de autocontrole (Baumeister, 2002). Uma vez que as reservas de autocontrole são esgotadas, o estado resultante desse esgotamento de recursos somente poderá ser recuperado através de descanso ou relaxamento (Tyler & Burns, 2008) ou tarefas de recuperação (Gailliot, *et al.*, 2007).

Não menos importante, outra teoria influente, refere-se à teoria do monitoramento de conflitos, proposta por Botvinick *et al.* (2001), a qual supõe que os indivíduos experimentam uma inclinação simultânea para gerar dois tipos de respostas comportamentais conflitantes como, por exemplo, sentir a necessidade de lutar ou fugir. Deste modo, em uma primeira tarefa, os participantes podem aprender que devem se abster de dar uma resposta quando uma palavra na cor verde for apresentada. Já na segunda tarefa, eles podem aprender que devem pressionar a barra do teclado computador quando uma palavra de qualquer cor, exceto verde, for apresentada. Assim, à medida que uma palavra for apresentada na cor verde, eles experimentam a sensação conflitante de privação, ou seja, responder de acordo com o que foi aprendido na tarefa anterior ou então pressionar a barra do computador (Dewitte, Bruyneel & Greyskens, 2009; Robinson, Schmeichel & Inzlicht, 2010). Segundo explicações de Botvinick *et al.* (2001), quando isso ocorre, os indivíduos vivenciam a sensação de conflito, em que registram esse estímulo apoiados pelo córtex cingulado anterior e, em seguida, inibem a resposta incorreta, através do córtex pré-frontal. Mais especificamente, esse processo demanda tempo e, por isso, pode impactar de forma expressiva no desempenho dos indivíduos em tarefas diversas. Em linhas gerais, no cenário da psicologia social, ambas as teorias têm orientado o entendimento do fenômeno, dando suporte para explicações acerca da origem da depleção do ego. Embora essas duas teorias tenham sido propostas, grande parte dos estudos experimentais tem se apoiado na teoria do modelo de força do autocontrole (Hagger, Wood, Stiff & Chatzisarantis, 2010), alguns deles serão apresentados a seguir.

2.2. Uma breve contextualização dos estudos experimentais realizados na Psicologia Social

Considerando o amplo escopo de estudos realizados na esfera da depleção do ego, o objetivo desta seção consiste em apresentar alguns estudos, cujos resultados se mostraram interessantes e, sobretudo, parecem ter contribuído para o desenvolvimento e avanço da temática na psicologia social. Alguns estudos demonstram consenso em relação aos efeitos da depleção do ego, enquanto outros identificaram algumas inconsistências, demonstrando efeitos reversos, além de outras explicações teóricas. O experimento conduzido por DeWall, Baumeister, Galliot & Maner (2007), por exemplo, mostrou que a depleção do ego possui importantes implicações em algumas atitudes humanas, como na capacidade de oferecer ajuda e no altruísmo. Para esgotar seus recursos, alguns participantes receberam um texto e foram instruídos a descartar cada ocorrência da letra e, que normalmente aparece com frequência em um texto. Em outra tarefa consecutiva, mais uma vez, eles foram informados que deveriam descartar a ocorrência da letra e, exceto se a letra e fosse seguida por outra vogal ou incorporada em uma palavra, onde uma vogal aparecesse duas letras antes. Os resultados demonstraram que após se envolverem em tarefas complexas, que exigem autocontrole, eles se tornam menos inclinados a oferecer assistência para pessoas desfavorecidas (por exemplo, doar comida para um sem teto, doar dinheiro para crianças com doença terminal, dar instruções para uma pessoa perdida, etc.).

Outro estudo, cujos resultados foram curiosos, foi realizado por Clarkson, Hirt, Jia & Alexander (2010). Nesse caso, o objetivo do estudo foi demonstrar os efeitos da depleção percebida no desempenho de tarefas posteriores, em que os participantes foram instruídos a completarem uma tarefa, na qual precisavam identificar letras específicas em determinado texto. Assim, alguns participantes receberam uma informação falsa, ou seja, que a cor apresentada como pano de fundo no texto é capaz de esgotar sua capacidade de autorregulação, enquanto outros, foram informados que a mesma cor poderia reabastecer a sua energia mental. Como resultado, os participantes na condição de falsa depleção tiveram menor sucesso em uma tarefa seguinte, resolver uma série de anagramas. Nesse sentido, o esgotamento percebido, em vez da depleção real, é suficiente para gerar comprometimento no desempenho dos indivíduos. Os autores ainda explicam que, quando os indivíduos acreditam que seu autocontrole foi esgotado, eles tendem a conservar a energia, mobilizando menos esforços em tarefas posteriores.

Já Milkman (2012) analisou os efeitos da depleção sob a ótica da incerteza sobre o futuro. Nesse estudo, os participantes foram submetidos a condições de certeza (escolher um sabor de pizza e ter certeza que esse sabor estava disponível) *versus* incerteza (escolher um sabor de pizza e não saber se ele estaria disponível). Os resultados evidenciaram que os participantes que experienciaram a sensação incerteza apresentaram maior propensão a se engajarem em comportamentos não saudáveis (*versus* escolher uma sobremesa saudável). Concluiu-se, então, que a depleção do ego pode ser considerada um mecanismo que modera a relação entre incerteza e a tendência a ceder a estímulos indulgentes.

Evidências sobre os efeitos da depleção do ego também foram demonstrados no domínio da inveja. No estudo experimental de Hill, DelPriore e Vaughan (2011), para estimular o sentimento de inveja, alguns estudantes universitários foram instruídos a escrever cerca de quatro situações em que sentiram inveja de um amigo ou desconhecido. Em contrapartida, na condição de controle, outros participantes foram instruídos a escreverem sobre atividades diárias que realizaram. Na sequência, os participantes foram convidados a lerem uma entrevista entre um estudante e um jornalista, sendo que o entrevistado pertencia ao mesmo sexo dos estudantes e mesma faixa etária. O entrevistado respondeu a perguntas sobre seus objetivos de carreira profissional e local que gostaria de viver. Na sequência, os participantes completaram uma tarefa de distração e, após, foram submetidos a várias perguntas, a fim de avaliar a sua memória sobre a entrevista. Logo, os participantes que sentiram inveja passaram mais tempo lendo a transcrição da entrevista assim como lembraram de maiores detalhes do relato do entrevistado. Em linhas gerais, os autores mostraram que, quando as pessoas sentem inveja, sua atenção é automaticamente direcionada para os indivíduos invejados. Em contrapartida, sua energia é consumida, comprometendo sua capacidade de completar outras tarefas.

Igualmente é interessante mencionar brevemente os resultados do estudo conduzido por Schmeichel, Vohs e Baumeister (2013), no qual observaram algumas implicações da depleção do ego em tarefas cognitivas. Nesse experimento, os participantes foram submetidos a uma série de atividades cognitivas que exigiam autocontrole, todavia, viu-se que a depleção do ego prejudicou o desempenho dos participantes somente em alguns tipos de tarefas cognitivas como o raciocínio lógico. Logo, não foi observado o mesmo padrão de efeito em tarefas que demandaram memorização como, por exemplo, lembrar de sílabas ou informações familiares.

Apesar da maioria dos estudos evidenciarem os efeitos e implicações negativas da depleção do ego no âmbito da psicologia social, um conjunto expressivo de estudos tem evidenciado que condições e estados específicos podem restaurar a depleção do ego e, conseqüentemente, reverter seus efeitos adversos. Para ilustrar, destacam-se os estudos de DeWall, Baumeister, Galliot & Maner (2007) e Tice, Baumeister, Shmueli e Muraven (2007). O experimento de DeWall, Baumeister, Galliot & Maner (2007) mostra que a ingestão de glicose funciona como um mecanismo capaz de restaurar a energia empregada em tarefas que requerem autocontrole. Em suma, o estudo mostrou que, após passarem por uma tarefa desgastante, nesse caso, desviar a atenção de palavras que apareciam no canto da tela em um filme, os participantes que ingeriram uma bebida contendo glicose apresentaram comportamentos altruístas positivos (por exemplo, ajudar uma pessoa desfavorecida).

Com padrões de efeito similar, Tice, Baumeister, Shmueli e Muraven (2007) reforçam que as emoções positivas também podem reabastecer recursos esgotados. Nesse experimento, os participantes foram instruídos a inibirem um pensamento específico durante o período de cinco minutos, isto é, recordar de uma imagem de um urso branco, a qual haviam visualizado minutos antes. Após, alguns participantes assistiram um *trailer* de filme de comédia e outros um *trailer* triste. Como resultado, os recursos de energia dos participantes que visualizaram a cena de comédia permaneceram intactos. Já os participantes que assistiram o *trailer* triste tiveram seu desempenho comprometido em uma tarefa seguinte.

Conforme observado, o escopo de pesquisa nessa área mostra-se bastante promissor e em constante desenvolvimento. Isto pode ser evidenciado pelo crescente número de estudos experimentais publicados, os quais testam e incluem um conjunto robusto de variáveis moderadoras e mediadoras, conforme mostra o estudo meta-analítico "*Ego-depletion and the strength model of self-control: A Meta-Analysis*" conduzido por Hagger, Wood, Nikos & Chatzisarantis (2010). Com base em 198 testes independentes, a meta-análise demonstrou um efeito significativo para o modelo de força do autocontrole, isto é, com um tamanho de efeito médio considerado moderado a grande ($d=0,6$). Em contrapartida, Carter & McCullough (2015) propuseram uma segunda meta-análise, a qual contestou os resultados apresentados por Hagger, Wood, Nikos & Chatzisarantis (2010). Conforme argumentado pelos autores, a meta-análise publicada em 2010 apresentou falhas no sentido de desconsiderar o viés de publicação. Portanto, quando o viés de publicação foi somado à análise, a estimativa do tamanho do efeito foi considerada pequena e não significativa ($d=0,2$). Contestando os procedimentos

adotados na meta-análise, Cunningham & Baumeister (2015) afirmaram que o estudo apresentou algumas inconsistências, tais como erros na coleta de dados e na seleção das várias consideradas.

Cabe citar também o grande estudo experimental "*A multi-lab pre-registered replication of the ego-depletion effect*", publicado por Hager *et al.* (2016) na *Perspectives on Psychological Science*. A equipe de pesquisadores replicou o mesmo experimento em 24 laboratórios diferentes, utilizando o mesmo protocolo (tarefa em que o objetivo era descartar a ocorrência da letra e, empregada por DeWall, Baumeister, Galliot & Maner, 2007). Curiosamente, apenas dois grupos de pesquisadores encontraram efeitos significativos para a depleção do ego. Sendo assim, a maioria deles relataram efeitos reversos ao estudo original de Baumeister, Bratslavsky, Muraven & Tice (1998).

Por fim, convém destacar o estudo de Converse & DeShon (2009), no qual fazem uma crítica em relação ao procedimento adotado na maioria dos estudos de depleção do ego para esgotar os recursos dos participantes, isto é, realizar duas tarefas consecutivas que exijam autocontrole. Segundo a perspectiva dos autores, depois que os indivíduos concluem duas ou mais tarefas complexas, os mesmos são capazes de elevar seus níveis de esforço. Para ilustrar esse efeito, no estudo de Converse & DeShon (2009), os participantes completaram uma série de três tarefas consecutivas. Primeiro, os sujeitos foram instruídos a descobrir diferenças sutis entre pares de imagens. Na segunda tarefa, recomenda-se resolver vários problemas de matemática. Já na terceira tarefa, eles são convidados a resolver uma série de anagramas. Consistentes com as teorias de esgotamento do ego, a primeira tarefa comprometeu o desempenho dos participantes na tarefa subsequente, porém, sob a ótica da teoria da diligência aprendida (Eisenberger, 1992), o mesmo efeito não foi observado, à medida que outra tarefa complexa foi agregada. Uma vez apresentadas algumas inconsistências que cercam a teoria da depleção do ego, na sequência será exposto o método de pesquisa.

3 Método

Visto que a depleção do ego trata-se de um tema relevante na pesquisa do consumidor e que há oportunidade para seu desenvolvimento (Baumeister, Sparks, Stillman e Vohs, 2008), propõe-se, como método de pesquisa neste artigo, uma revisão sistemática da literatura com base nos critérios delineados por Wolfswinkel, Furtmueller & Wilderom (2007): a) definição da base de dados utilizada; b) busca de estudos com base em critérios claros; c) refinamento dos estudos selecionados; análise seguindo o critério de codificação dos dados; d) estruturação dos resultados de

pesquisa. A justificativa para a escolha desse método está particularmente alinhada à natureza e ao propósito deste artigo, o qual buscou estruturar e categorizar os estudos empíricos que relacionam os temas depleção do ego e tomada de decisão do consumidor. Através dos critérios mencionados, também buscou-se gerar maior transparência e confiabilidade para essa revisão, uma vez que uma das limitações em revisões da literatura refere-se justamente à falta de clareza sobre os procedimentos adotados para a sua elaboração.

Seguindo os critérios estabelecidos, a busca de artigos foi feita no “Scopus”, considerada uma das bases de dados mais relevantes para buscas multidisciplinares (Wang & Waltman, 2016). Desse modo, a base possibilitou buscas aprofundadas e acesso aos principais periódicos, isto é, aos “top journals” na grande área de *Business & Management* indicados pela ABS, *The Association of Business School* (Academic Journal Guide, 2015). Atendendo-se às particularidades do construto e, a fim de englobar grande parte dos artigos publicados, inicialmente foram inseridos os termos de pesquisa: “ego-depletion”, “self-control failure” e “self-regulation failure” incluindo o operador booleano “OR” com o objetivo de localizar essa palavra no título ou nas palavras-chave dos artigos. Após, foram adicionados outros termos ao operador booleano “AND”, como “decision making”, “consumer” e “consumer behavior”, a fim de direcionar de forma mais precisa as buscas para a área de Marketing, mais especificamente, para a área do Comportamento do Consumidor, em que o tema é investigado de forma proeminente. Além disso, alguns critérios de inclusão e exclusão foram definidos, tais como: limites cronológicos, considerando os artigos publicados a partir do ano 2000; tipos de documento “Article” e “Article in Press”; tipo de fonte, limitando-se aos *journals*; e, por fim, artigos eletrônicos escritos na língua inglesa. Nessa busca inicial, foram encontrados 32 artigos, devidamente registrados em uma planilha.

Buscando refinar ainda mais o conjunto de estudos inicialmente encontrados, foram excluídos os artigos publicados em periódicos com baixo fator de impacto, conforme consulta realizada no “Scimago Journal & Contry Rank”. Nesse sentido, foram considerados apenas os artigos publicados nos seguintes periódicos: *Journal of Marketing* (Q1 – 6.612) e *Journal of Marketing Research* (Q1– 5.764), *Journal of Consumer Research* (Q1– 4.896) e *Journal of Consumer Psychology* (Q1– 2.973). Justifica-se a escolha dos dois primeiros *journals* pelo fato de estarem classificados no topo do *ranking*, isto é, como os maiores fatores de impacto da área de Marketing. Embora o *Journal of Consumer Research* e o *Journal of Consumer Psychology* possuam fatores de impacto inferiores aos primeiros periódicos citados, os mesmos são considerados expressivos na área do Comportamento do Consumidor, pois exploram fenômenos psicológicos relacionados à tomada de

decisão de consumo. Através desse segundo corte, a amostra final para a presente análise foi de 16 artigos, os quais foram tabulados e analisados de forma aprofundada, seguindo alguns critérios de classificação como título do artigo, periódico publicado e ano, método, moderadores e mediadores e principais resultados. Esses dados deram suporte e embasamento para a construção dos resultados deste artigo, os quais foram organizados e categorizados, conforme apresentados a seguir.

4 Resultados

Os resultados apresentados a seguir estão divididos e organizados em cinco seções: visão geral sobre os artigos, manipulações, mediadores e moderadores e, por fim, as conclusões.

4.1 Visão Geral

Analisando os estudos que integram a depleção do ego e a tomada de decisão do consumidor, percebeu-se inicialmente que todos os estudos adotaram o experimento como método de pesquisa. No que tange ao entendimento do comportamento do consumidor, parece que o método experimental se caracteriza como dominante na pesquisa em Marketing, conforme evidenciado em periódicos expressivos da área, como o *Journal of Consumer Research* (JCR). Essa ênfase não se limita a esse periódico em particular, visto que o mesmo domínio pode ser observado em outros periódicos expressivos da área de Marketing, os quais abrangem temas mais amplos como o *Journal of Marketing* (JM) e o *Journal of Marketing Research* (JMR). Segundo os resultados do estudo de Davis *et al.* (2013), nos últimos 20 anos (1990 a 2009), 90% dos métodos aplicados foram quantitativos. Além disso, três métodos quantitativos se destacaram, experimentos, modelos e *surveys*, representando 85% dos estudos. No período de 2002 a 2009, o uso médio de experimentos cresceu significativamente, ou seja, de 41 para 81 estudos.

Um segundo ponto que chamou a atenção, refere-se à tentativa da área do comportamento do consumidor em propor processos alternativos/outras explicações para os efeitos da depleção do ego, que podem colaborar para a ampliação do modelo de força do autocontrole proposto por Baumeister, Heatherton & Tice (1994). A exemplo disso, Agrawal & Wan (2009) sugerem que os efeitos da depleção do ego podem estar associados à forma como os recursos do autocontrole são alocados. Sob a perspectiva da teoria dos níveis de interpretação (*construal levels theory*), o estudo mostrou que a transferência de foco, isto é, a falta de recursos imediatos para metas de longo prazo, contribuiu para a manutenção do autocontrole.

Nesse sentido, os efeitos da depleção do ego podem ser superados pela reposição temporária de recursos ou expansão do *pool* de recursos ao longo do tempo.

Outro estudo nessa mesma linha, foi elaborado por Lisjack e Lee (2014). Sob a ótica do modelo de força, quando as pessoas se engajam em tarefas de autocontrole, elas esgotam seus recursos e podem acabar não resistindo aos impulsos que, na maioria dos casos, pode resultar em comportamentos nocivos. Todavia, os autores sugerem que, ao esgotarem seus recursos, as pessoas se sentem mais vulneráveis quando expostas a situações de perigo e, portanto, são mais propensas a se autoprotegerem. Através de cinco estudos, os resultados mostraram que os participantes, na condição de depleção do ego (*versus* não depleção), apresentaram menor probabilidade de se envolverem em comportamentos de risco como, por exemplo, doenças renais e infectocontagiosas. Além disso, os participantes na condição de depleção do ego (*versus* não depleção) escolheram produtos associados à maior segurança.

De modo geral, embora os estudos na área do comportamento do consumidor constituem a minoria, se comparados ao vasto número de estudos desenvolvidos na psicologia social, os estudos que integram a depleção do ego e o consumo parecem estar se desenvolvendo de modo contínuo, a medida que se tem buscado avançar na compreensão do fenômeno, mediante a proposição de teorias alternativas, tanto para explicar falhas na depleção do ego como para reestabelecer o autocontrole, em diferentes esferas do consumo. Embora alguns estudos limitem-se a concretizar apenas replicações desses efeitos, de certa forma, eles também contribuem para reforçar a consistência do efeito da depleção do ego. Além disso, nenhum dos estudos no contexto do consumo demonstrou efeitos não significativos para a depleção do ego, fato que também pode colaborar a consistência do efeito.

4.2 Manipulações

Em relação às manipulações utilizadas para esgotar os recursos na pesquisa do consumidor, descritas no Quadro 1, percebeu-se que um crescente número de pesquisas se apoiou nos *déficits* de autorregulação previstos pelo modelo de força (Baumeister, Gailliot, DeWall & Oaten, 2006; Muraven & Baumeister, 2000). Testes empíricos do efeito da depleção do ego tipicamente adotaram o procedimento experimental utilizado na psicologia social, usando duas tarefas de autocontrole não relacionadas, conhecido como o paradigma da tarefa dupla (Baumeister *et al.*, 1998; Finkel *et al.*, 2006).

O paradigma de tarefa dupla permite o teste empírico do efeito de depleção do ego em diferentes domínios ou esferas (Baumeister & Vohs, 2007). Para tanto, Baumeister *et al.* (2007) propuseram que as tarefas que requerem autocontrole sejam categorizadas da seguinte forma: (a) controle de atenção, (b) controle de emoções, (c) controle de impulsos, (d) controle de pensamentos, (e) processamento cognitivo, (f) escolha e vontade, e (g) processamento social. Considerando essa categorização, a seguir serão descritas algumas manipulações utilizadas no contexto do comportamento do consumidor, além de um quadro, cujo objetivo é sintetizar essas ideias.

Como exemplo, Agrawal & Wan (2009) buscaram gerar cansaço nos participantes, através da leitura de um texto sobre os riscos associados à contração da hepatite C. Primeiro, todos os participantes leram um texto de três páginas sobre a hepatite C, o qual destacou as graves consequências da contração de hepatite C, além de oito comportamentos que poderiam levar à hepatite C. A segunda e terceira página apresentaram informações que descreveram o vírus da hepatite C e sua contração, prevenção e tratamento. Posteriormente, os participantes foram convidados a resolver um conjunto de anagramas. Esses anagramas eram insolúveis, mas essa informação não foi dada aos participantes. Na literatura de depleção do ego, essa tarefa de anagrama insolúvel é muito utilizada como uma medida de autocontrole subsequente. Tanto o tempo gasto na leitura do texto como o tempo dedicado à tentativa de resolver os anagramas constituíram em medidas de autocontrole (Muraven *et al.*, 1998).

Chae e Zhu (2014) também utilizaram manipulações similares, isto é, recomendadas em estudos experimentais na psicologia social por Baumeister *et al.*, (1998). Os autores propuseram que um ambiente desorganizado (*versus* organizado) é capaz de ameaçar o autocontrole pessoal dos indivíduos, sendo assim, mais propensos a exibirem falhas em tarefas posteriores. Para produzir um ambiente desorganizado, materiais de escritório (papéis, divisores, garrafas de água, copos, etc.) foram espalhados em uma prateleira, enquanto na condição de organização, os mesmos itens foram organizados de forma estruturada e ordenada. Após expostos a essas condições, os participantes foram instruídos a completar uma tarefa “*stroop*”. Especificamente nesse tipo de tarefa são apresentados aos participantes vários nomes de cores (por exemplo, preto, vermelho) na tela de um computador, cujas cores das fontes são congruentes ao significado da palavra (por exemplo, a palavra ‘preto’ apareceu em uma fonte na cor preta). Assim, o objetivo foi nomear a cor da fonte da palavra-alvo o mais rápido possível, selecionando a alternativa correta entre quatro opções. Ao finalizar a tarefa “*stroop*”, os participantes responderam a algumas perguntas para avaliar o quão esgotados

Quadro 01

Manipulações da depleção do ego

Manipulações – Depleção do ego	
Leitura de texto sobre os riscos associados a contração da hepatite C e saúde dentária (Agrawal & Wan, 2009).	Supressão de pensamentos (por exemplo, escrever um texto e evitar pensar em um urso branco, imagem mostrada anteriormente) (Dewitte, Bruyneel & Geyskens, 2009; Wen, Rucker, Tormala & Clarkson, 2010).
Resolução de anagramas insolúveis (Agrawal & Wan, 2009).	Completar um teste de desempenho cognitivo composto por 25 problemas, envolvendo raciocínio complexo (Fennis, Janssen & Vohs, 2009).
Tarefa do tipo “ <i>stroop</i> ” – cores congruentes ao significado da palavra (por exemplo, a palavra preta uma fonte na cor preta) (Chae & Zhu, 2014; Lisjack & Lee, 2014; (Fennis, Janssen & Vohs, 2009; Pocheptsova, Amir, Dhar & Baumeister, 2009).	Pressionar a tecla um computador durante o máximo de tempo que suportassem (Usta & Haubl, 2011).
Desviar a atenção do foco principal (por exemplo, palavras que apareciam em um vídeo) (Cheema & Patrick, 2012; Vohs & Faber, 2007).	Resistir a gratificações imediatas (por exemplo, comer uma quantidade de doces) (Laran & Janiszewski, 2009).
Abster-se de usar duas letras do alfabeto frequentemente usadas ao escreverem um texto (nesse caso, as letras a e n) (Lisjack & Lee, 2014).	Fazer escolhas difíceis envolvendo <i>trade-offs</i> entre três opções com atributos negativamente correlacionados (Laran & Janiszewski, 2009).
Tarefas do tipo “quebra-cabeça” ou desvendar um enigma (por exemplo, encontrar 13 diferenças entre duas imagens) (Trudel & Murray, 2011).	Fortalecimento muscular (por exemplo, apertar uma caneta com o punho) (Hung & Labro, 2011).
Resistir o máximo de tempo com as mãos em uma superfície com gelo; suportar beber um tônico com gosto desagradável (Hung & Labro, 2011).	

Fonte: Elaborado pela autora com base na análise dos artigos

estavam naquele momento, em uma escala de 7 pontos (1 para não esgotado; 7 para extremamente esgotado) (Baumeister *et al.*, 1998).

Já Cheema & Patrick (2012) sugeriram que um ambiente com temperatura quente é capaz de esgotar os recursos, aumentando a dependência do processamento do sistema 1 e influenciando o desempenho em tarefas complexas. A manipulação de depleção do ego também seguiu um procedimento recomendado por Baumeister *et al.* (1998), em que um videoclipe silencioso de uma mulher sendo entrevistada foi mostrado aos participantes. O videoclipe também incluiu palavras comuns, que apareceram no canto da tela. Assim, os participantes na condição de depleção foram instruídos a ignorar as palavras e não desviar o foco do entrevistado. A hipótese, por sua vez, foi devidamente confirmada.

Lisjack & Lee (2014) também usaram um protocolo similar ao proposto por Baumeister *et al.* (1998), a fim de demonstrar que os indivíduos sujeitos ao esgotamento do ego preferem produtos que reforçam maior segurança (*versus* risco). A manipulação para esgotar os recursos consistiu em uma tarefa na qual os participantes eram convidados a escrever um texto sobre uma viagem que haviam feito recentemente, porém se abstendo ao uso das letras a e n. Desse modo, os participantes na condição de depleção (*versus* não depleção) tiveram que direcionar maior atenção para selecionar palavras que excluía as duas letras.

Em linhas gerais, percebeu-se que os estudos que relacionam os temas depleção do ego e decisão do consumidor vêm adotando os mesmos tipos de manipulações adotadas na psicologia social, cujas manipulações podem ser consideradas consistentes, uma vez que foram validadas na “*manupulation*”

check”, procedimento constantemente empregado em experimentos. Notou-se que, em grande parte dos estudos analisados, foram utilizados protocolos já recomendados na literatura (por exemplo, Baumeister *et al.*, 1998; Muraven, Shmueli & Burkley, 2006), porém sujeitos a adaptações, conforme o contexto de consumo estudado. Sendo assim, em todos os estudos analisados, os participantes realizaram duas tarefas de forma consecutiva: 1) a tarefa inicial, que demandou um autocontrole em maior ou em menor grau e, 2) a segunda tarefa, que testou autocontrole focal. Em outras palavras, em todos os estudos experimentais, a depleção do ego foi manipulada e/ou medida, isto é, buscando atestar a eficiência das tarefas, no sentido de realmente esgotar uma quantidade considerável de recursos.

4.3 Moderadores e mediadores

Os estudos experimentais também são caracterizados pela inclusão de variáveis mediadoras e moderadoras. Segundo Baron & Kenny (1986), em estudos experimentais, quando existe relação entre duas variáveis, independente (VI) e dependente (VD), e insere-se uma terceira variável adicional, que altera a direção ou força da VI sobre a VD, tem-se um efeito de moderação. Logo, conforme destaca Hayes (2013), a análise de mediação busca auxiliar nas explicações sobre como determinado agente causal X transmite seu efeito sobre Y, ou seja, qual é o mecanismo pelo qual X influencia Y. Em vista a esses conceitos, esta seção visa destacar alguns dos principais mediadores e moderadores testados no domínio da depleção do ego. Desta forma, algumas situações serão detalhadas, enquanto outras podem ser consultadas no Quadro síntese 2.

A primeira moderação identificada nos estudos experimentais analisados, foi proposta por Chae & Zhue (2014), a autoafirmação. De acordo com a teoria da autoafirmação, os indivíduos não se esforçam para se perceberem favoravelmente em todas as esferas da vida, mas tentam manter uma percepção global positiva de si mesmos. A descoberta básica é a de que, quando um aspecto relacionado a si mesmo é ameaçado (por exemplo, inteligência), os indivíduos tendem a reforçar outro aspecto de si mesmos (por exemplo, atratividade física). Desse modo, no estudo de Chae & Zhue (2014), a autoafirmação foi usada como variável moderadora, uma vez que desempenhou o papel de reabastecer a força ou energia dos indivíduos após terem vivenciado a depleção ego.

Quadro 2

Moderadores e mediadores da depleção do ego

Moderadores e mediadores
<ul style="list-style-type: none"> • Níveis de interpretação (Agrawal & Wan 2009; Agrawal & Wan, 2011); • Autoafirmação (Chae & Zhu, 2014); • Vulnerabilidade (Lisjack & Lee, 2014); • Complexidade da tarefa (Cheema & Patrick, 2012); • Acesso às informações (Trudel & Murray, 2011); • Semelhança do conflito (Dewitte, Bruyneel & Geyskens, 2009); • Atribuir a decisão a um terceiro (Usta & Haubl, 2011); • Maior predisposição a pagar (Vohs & Faber, 2007); • Processamento de informações (Wen, Rucker, Tormala & Clarkson, 2010); • Tipo de tarefa-trabalho <i>versus</i> diversão (Laran & Janiszewski, 2010); • Força de vontade (Hung & Labro, 2011).

Fonte: Elaborado pela autora com base na análise dos artigos

Já Cheema & Patrick (2012) demonstram o papel moderador da complexidade da tarefa. Especificamente, as temperaturas quentes diminuíram o desempenho das pessoas em tarefas complexas, jogos difíceis (*versus* fáceis) ou então escolherem consumir produtos novos lançados no mercado (*versus* já lançados). Sob esse ponto de vista, viu-se que as temperaturas quentes esgotam os recursos dos indivíduos e resultam em maior dependência do processamento do sistema 1 que, por sua vez, influencia a escolha do consumidor.

Outro moderador testado refere-se à vulnerabilidade. No estudo de Lisjack & Lee (2014), foi proposto que a vulnerabilidade percebida modera o efeito da depleção do ego na probabilidade dos participantes se envolverem em relações sexuais sem proteção (*versus* com proteção). Nesse sentido, os indivíduos esgotados (*versus* não esgotados) apresentaram maior tendência a seguirem seu impulso sexual, sem quaisquer preocupações relacionadas à segurança. No entanto, os resultados também mostraram que quando os riscos potenciais são elevados, aqueles que estavam na condição de depleção, foram mais propensos a seguir seus instintos de autoproteção e conseqüentemente tomaram decisões mais saudáveis.

Trudel & Murray (2011) identificaram outro moderador significativo para a compreensão do fenômeno da depleção do ego, isto é, o acesso às informações. Desta forma, viu-se que, quando os consumidores em dieta (*versus* não dieta) não são expostos a nenhuma informação relevante sobre um produto, o seu comportamento é altamente consistente com o modelo de força do autocontrole. Ou seja, pessoas em dietas são mais vulneráveis à depleção do ego quando um alimento tentador (por exemplo, chocolates) é apresentado. No entanto, eles descobriram que indivíduos em dieta que possuem acesso às informações de consumo (por exemplo, gordura e teor calórico) são capazes de persistirem mais tempo em outra tarefa complexa.

Além dos moderadores apresentados, Dewitte, Bruyneel & Geyskens (2009) apontaram o moderador semelhança de conflitos. Nesse estudo, os autores investigaram se a semelhança do conflito de resposta entre duas tarefas consecutivas modera o efeito da autorregulação inicial na autorregulação subsequente. Portanto, os experimentadores solicitaram aos participantes que restringissem o desejo de consumir doces em uma primeira fase, resultando na depleção do ego. Posteriormente, eles foram convidados a participar de um teste de sabor, no qual foram convidados a escolher entre: degustar os doces, dos quais foram privados anteriormente (ou seja, o conflito de resposta semelhante) ou então resolver um anagrama (ou seja, conflito de resposta diferente). Em suma, os efeitos da depleção do ego ocorreram quando os conflitos de resposta foram diferentes nas duas situações consecutivas, enquanto que o efeito foi revertido quando os conflitos de resposta foram semelhantes.

Por fim, Laran & Janiszewski (2010) demonstraram os efeitos do moderador tipo de tarefa, trabalho *versus* diversão. Ou seja, depois que os participantes realizaram atividades que foram percebidas como uma obrigação de trabalho, a sua capacidade de completar tarefas subsequentes foi comprometida. No entanto, as tarefas que foram interpretadas como divertidas não levaram ao esgotamento dos recursos. Laran & Janiszewski (2010) explicam que, quando as pessoas completam tarefas que conceituam como divertidas, consequentemente a sua capacidade de realizar tarefas posteriores implica uma substancial melhora.

Um ponto que chamou a atenção nesta seção refere-se à carência de variáveis mediadoras nos artigos analisados, pelo menos não explicitados e reportados claramente nos estudos. Em exceção, o estudo de Hung & Labroo (2011) demonstrou que os pensamentos relacionados à força de vontade mediaram parcialmente o efeito do fortalecimento muscular, implicando uma maior capacidade de suportar estados desconfortáveis (por exemplo, ingerir medicamentos com gosto ruim). Essa carência de mediações, por sua vez, pode estar

associada à própria natureza do fenômeno investigado, que buscar fornecer explicações sobre em quais situações e contextos a depleção do ego prevalece ou como esses efeitos podem ser revertidos e reparados.

5 Considerações Finais

Este estudo se propôs a analisar os estudos que integram a depleção do ego e a tomada de decisão do consumidor, reunindo os principais estudos abordados, suas manipulações e os efeitos moderadores e mediadores. Em relação às manipulações, observou-se que a área do comportamento do consumidor tem adaptado manipulações validadas na psicologia social, porém com pequenas adaptações ao contexto do estudo ou até mesmo utilizando procedimentos idênticos. Observou-se, assim, que as manipulações referentes à depleção do ego variaram em diversos domínios na pesquisa do consumidor: controle de atenção, controle de emoções, controle de impulsos, controle de pensamentos, processamento cognitivo, escolha e vontade.

Já sobre as variáveis mediadoras e moderadoras, observou-se que os estudos na área do comportamento do consumidor têm proposto variáveis distintas das propostas na psicologia social, o que demonstra um esforço da área em contribuir significativamente para o avanço da compreensão do fenômeno e, mais do que isto, para o desenvolvimento da área de Marketing. Nesse sentido, os estudos identificaram e testaram variáveis que podem intensificar e/ou explicar o esgotamento do autocontrole ou até mesmo reverter tais efeitos. Todavia, tomados em conjunto, os resultados dos estudos reforçam que há um aparente paradoxo no âmbito da depleção do ego, principalmente evidenciado através das duas meta-análises apresentadas. Desse modo, embora a maioria dos estudos mostrem um efeito significativo para o modelo de força da depleção do ego, em oposição, outros não demonstram tais efeitos ou ainda propõem explicações alternativas para a compreensão desse fenômeno. Com base nessas evidências, parece haver a necessidade do desenvolvimento de novos estudos a fim de contribuir para a extensão do modelo de força.

Além de se caracterizar como um tema frutífero de pesquisa na área do comportamento do consumidor, o tema também possui implicações interessantes para a sociedade em geral e no âmbito das políticas públicas, uma vez que foca na capacidade do indivíduo para se autocontrolar ou então utilizar táticas para reverter os efeitos negativos da depleção do ego, visto que, na maioria dos casos, eles podem resultar em problemas comportamentais mais graves como os distúrbios alimentares, endividamento, abuso de álcool e drogas, entre outros.

6 Referências

- Academic Journal Guide. (2015). *Academic Journal Guide 2015*. ABS Association of Business Schools.
- Agrawal, N.; Wan, W. E (2009). Regulating Risk or Risking Regulation? Construal Levels and Depletion Effects in the Processing of Health Messages. *Journal of Consumer Research*, 36, 448–462.
- Baron, R. M. & Kenny, D.A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychology research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 1173.
- Baumeister, R. F. (2002). Yielding to temptation: Self-control failure, impulsive, purchasing, and consumer behavior. *Journal of Consumer Research*, 28, 670–676.
- Baumeister, R. F., Bratslavsky, E., Muraven, M., & Tice, D. M. (1998). Ego depletion: Is the active self a limited resource? *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 1252–1265.
- Baumeister, R. F., Gailliot, M. T., DeWall, C. N., & Oaten, M. (2006). Self-regulation and personality: Strength-boosting interventions and trait moderators of ego depletion. *Journal of Personality*, 74, 1773–1801.
- Baumeister, R. F., Heatherton, T. F., & Tice, D. M. (1994). *Losing control: How and why people fail at self-regulation*. San Diego, CA: Academic Press.
- Baumeister, R. F., Muraven, M., & Tice, D. M. (2000). Ego depletion: A resource model of volition, self-regulation, and controlled processing. *Social Cognition*, 18, 130–150.
- Baumeister, R. F., Sparks, E. A., Stillman, T. F., & Vohs, K. D. (2008). Free will in consumer behavior: Self-control, ego depletion, and choice. *Journal of Consumer Psychology*, 18, 4–13.
- Baumeister, R. F., Heatherton, T. F., & Tice, D. M. (1994). *Losing control: How and why people fail at self-regulation*. San Diego, CA: Academic Press.
- Baumeister, R. F., & Vohs, K. D. (2007). Self-regulation, ego depletion, and motivation. *Social and Personality Psychology Compass*, 1, 115–128.
- Baumeister, R. F., Vohs, K. D., & Tice, D. M. (2007). The strength model of self-control. *Current Directions in Psychological Science*, 16, 351–355.
- Botvinivk, M., Braver, T. Barch, D., Carter, C., & Cohen, J. (2001). Conflict monitoring and cognitive control. *Psychological Review*, 108, 624–652.
- Carter, Evan C.; McCullough, Michael E. (2014). Publication bias and the limited strength model of self-control: has the evidence for ego depletion been overestimated? *Personality and Social Psychology*, 5, 823.
- Chae, B. G. & Zhu, R. J. (2014). Environmental Disorder Leads to Self-Regulatory Failure. *Journal of Consumer Research*, 40, 6, 1203–1218.
- Chema, A. & Patrick, M.V. (2012). Influence of Warm Versus Cool Temperatures on Consumer Choice: A Resource Depletion Account. *Journal of Marketing Research*, 60, 984–995.
- Clarkson, J. J., Hirt, E. R., Jia, L., & Alexander, M. B. (2010). When perception is more than reality: The effects of perceived versus actual resource depletion on self-regulatory behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 98, 29–46.
- Converse, P. D., & DeShon, R. P. (2009). A tale of two tasks: Reversing the self-regulatory resource depletion effect. *Journal of Applied Psychology*, 94, 1318–1324.
- Davis, F. D.; Golicic, S.; Boerstler, C. N.; Choi, S. & Oh, H. (2013). Does marketing research suffer from methods myopia? *Journal of Business Research*, 66, 1245–1250.
- DeWall, C. N., Baumeister, R. F., Gailliot, M. T., & Maner, J. K. (2007). Depletion makes the heart grow less helpful: Helping as a function of self-regulatory energy and genetic relatedness. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 34, 1653–1662.
- Dewitte S., Bruyneel S., & Geyskens K. (2009). Self-regulating enhances self-control in subsequent consumer decisions involving similar response conflicts. *Journal of Consumer Research*, 36, 394–405.
- Eisenberger, R. (1992). Learned industriousness. *Psychological Review*, 99, 248–267.
- Fennis, B. M., Janssen, L., & Vohs, K. D. (2009). Acts of benevolence: A limited-resource account of compliance with charitable requests. *Journal of Consumer Research*, 35, 906–924.
- Finkel, Eli J., C. Nathan DeWall, Erica B. Slotter, Megan Oaten & Vangie A. Foshee (2009). Self-Regulatory Failure and Intimate Partner Violence Perpetration, *Journal of Personality and Social Psychology*, 97, 483–99.
- Fujita, K., & Han, H. A. (2009). Moving beyond deliberative control of impulses: The effect of construal levels on evaluative associations in self-control conflicts. *Psychological Science*, 20, 799–804.

- Gailliot, M. T., Plant, E. A., Butz, D. A., & Baumeister, R. F. (2007). Increasing self-regulatory strength can reduce the depleting effect of suppressing stereotypes. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 33, 281–294.
- Hagger, M. S., Wood, C., Stiff, C., & Chatzisarantis, N. L. D. (2009). The strength model of self-regulation failure and health-related behavior. *Health Psychology Review*, 3, 208–238.
- Hayes, A. F. (2013). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: a regression-based approach*. The Guilford Press.
- Hill, S. E., DelPriore, D. J., & Vaughan, P. W. (2011). The cognitive consequences of envy: Attention, memory, and self-regulatory depletion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 101, 653–666.
- Hung, I. W., & Labroo, A. A. (2011). From firm muscles to firm willpower: understanding the role of embodied cognition in self-regulation. *Journal of Consumer Research*, 37, 1046–1064.
- Laran, J., & Janiszewski, C. (2010). Work or fun? How task construal and completion influence regulatory behaviour. *Journal of Consumer Research*, 37, 967–983.
- Lisjock, M & Lee, A (2014). The Bright Side of Impulse: Depletion Heightens Self-Protective Behavior in the Face of Danger. *Journal of Consumer Research*, 41, 55–70.
- Milkman, K. L. (2012). Unsure what the future will bring? You may overindulge: Uncertainty increases the appeal of wants over shoulds. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 119, 163–176.
- Muraven, M., & Baumeister, R. F. (2000). Self-regulation and depletion of limited resources: Does self-control resemble a muscle? *Psychological Bulletin*, 126, 247–259.
- Muraven, M., Tice, D. M., & Baumeister, R. F. (1998). Self-control as limited resource: Regulatory depletion patterns. *Journal of Experimental and Social Psychology*, 74, 774–789.
- Muraven, M., Shmueli, D., & Burkley, E. (2006). Conserving self-control strength. *Journal of Personality and Social Psychology*, 91, 524–537.
- Pocheptsova, A.; Amir, O; Ravi, D.; Baumeister, R. F. (2009). Deciding Without Resources: Resource Depletion and Choice in Context. *Journal of Marketing Research*, 60, 344–355.
- Robinson, M. D., Schmeichel, B. J., & Inzlicht, M. (2010). A cognitive control perspective of self-control strength and its depletion. *Social and Personality Psychology Compass*, 4, 189–200.
- Schmeichel, B. J., Vohs, K. D., & Baumeister, R. F. (2003). Intellectual performance and ego depletion: Role of the self in logical reasoning and other information processing. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85, 33–46.
- Tice, D. M., Baumeister, R. F., Shmueli, D., & Muraven, M. (2007). Restoring the self: Positive affect helps improve self-regulation following ego depletion. *Journal of Experimental Social Psychology*, 43, 379–384.
- Trudel, R. & Murray, K. B. (2013). Self-regulatory strength amplification through selective information processing. *Journal of Consumer Psychology*, 23, 61–73.
- Tyler, J. M., & Burns, K. C. (2008). *After depletion: The replenishment of the self's regulatory resources*. *Self and Identity*, 7, 305–321.
- Usta, M. & Haubl, G. (2011). self-regulatory strength and Consumers' relinquishment of decision Control: When less effortful decisions are More resource depleting. *Journal of Marketing Research*, 60, 403–412.
- Vohs, K. D., & Faber, R. J. (2007). Spent resources: Self-regulatory resource availability affects impulse buying. *Journal of Consumer Research*, 33, 537–547.
- Wang, Q., & Waltman, L. (2016). Large-scale analysis of the accuracy of the journal classification systems of Web of Science and Scopus. *Journal of Infometrics*, 10 (2), 347–364.
- Wan, W. E & Agrawal, N. (2011). Carryover Effects of Self-Control on Decision Making: A Construal-Level Perspective. *Journal of Consumer Research*, 38, 199–214.
- Wan, W. E.; Rucker, D. D.; Tormala, Z. L. & Clarkson, J. J. (2010). The Effect of Regulatory Depletion on Attitude Certainty. *Journal of Marketing Research*, 60, 531–541.
- Wolfswinkel, J. F.; Furtmueller, E.; Wilderom, C. (2013). Using grounded theory as a method for rigorously reviewing literature. *European Journal of Information Systems Advance Online Publication*, 29 .