



UNIVERSIDADE D
COIMBRA

Catarina Matos dos Santos de Magalhães Oliveira

**REGULAÇÃO EMOCIONAL NA ADOLESCÊNCIA:
VALIDAÇÃO DA VERSÃO PORTUGUESA DA ESCALA
DE DIFICULDADES DE REGULAÇÃO EMOCIONAL
(EDRE-VA) NUMA AMOSTRA DE ADOLESCENTES**

**Dissertação no âmbito do Mestrado Integrado em Psicologia Clínica e da Saúde
– subespecialização em Intervenções Cognitivo-Comportamentais nas
Perturbações Psicológicas e Saúde, orientada pelo Professor Doutor Daniel
Maria Bogalho Rijo e apresentada à Faculdade de Psicologia e Ciências da
Educação da Universidade de Coimbra**

Julho de 2019

Agradecimentos

Ao Professor Doutor Daniel Maria Bugalho Rijo, por toda a orientação e motivação no processo da elaboração da dissertação. Aos professores que me facultaram aprendizagens, conhecimentos e auxílio ao longo do meu percurso académico e alguns colegas que foram evidentemente importantes nesta jornada.

Um agradecimento especial aos meus pais, irmão e avós por acreditarem em mim, por toda a cooperação e incentivo em todas as circunstâncias da minha vida e particularmente pelo apoio incondicional neste trajeto académico.

Um agradecimento ao meu companheiro pelo incentivo, dedicação e apoio, particularmente nesta fase do meu percurso académico.

E por fim, a todos os que participaram no estudo, respondendo ao questionário aplicado, pois sem essa colaboração não seria possível a realização desta dissertação.

Resumo

Introdução: A adolescência é um período propenso a riscos e oportunidades em termos de desenvolvimento da regulação emocional, sendo uma fase de desenvolvimento privilegiada para explorar as variáveis associadas à regulação emocional e as suas dificuldades. Considerando que as dificuldades de regulação emocional se encontram presentes ao longo do desenvolvimento do ser humano, torna-se necessário o recurso a um instrumento que as possa medir adequadamente para a população adolescente.

Objetivos: A presente investigação tem como finalidade validar a escala de Dificuldades na Regulação Emocional para adolescentes na população portuguesa (EDRE-VA), comprovando a sua fiabilidade na avaliação deste construto. Pretende-se testar a estrutura dimensional de medida a partir da análise fatorial confirmatória (AFC). Como objetivos específicos, propõe-se testar as propriedades psicométricas da escala, a invariância do modelo de medida, a estabilidade temporal de medida, estabelecer validade de construto e estudar as diferenças de género no recurso a estratégias de regulação emocional.

Materiais e métodos: 607 participantes adolescentes com idades compreendidas entre os 14 e os 18 anos (50,9% sexo feminino; idade média $16,12 \pm 1,231$) completaram a Escala de Dificuldades de Regulação Emocional e adicionalmente 440 participantes preencheram um conjunto de medidas de regulação emocional e qualidade de vida. Uma subamostra de 100 adolescentes participou no teste-reteste (50% de cada género).

Resultados: A EDRE-VA revelou um ajustamento aceitável do modelo multidimensional encontrado na versão original. Contudo, não foi possível estabelecer a invariância do modelo de medida por género. Os resultados revelam que esta versão possui uma estrutura fatorial semelhante à da escala original, uma fiabilidade teste-reteste aceitável ($r = .52$), uma excelente consistência interna (Cronbach's $\alpha = .91$) e uma validade de convergente e divergente aceitável.

Conclusões: A EDRE-VA parece ser um instrumento de autorrelato válido para esta população, ficando disponível uma medida que permite estudar as dificuldades de regulação emocional em adolescentes. Contudo, revela ser um instrumento menos robusto, uma vez o modelo de medida não comprovou ser invariante por género.

Palavras-chave: Regulação Emocional; Escala de Dificuldades de Regulação Emocional, Adolescentes; Capacidades e Dificuldades; Qualidade de Vida

Abstract

Introduction: Adolescence corresponds to a period of time prone to risks and opportunities when it comes to the development of emotional regulation, consisting of a privilege development stage to explore the variables associated to emotional regulation and its difficulties. Considering that the difficulties associated with emotional regulation are present throughout the development of the human being, it becomes necessary to resort to an instrument that may adequately measure it within the adolescent population.

Objectives: This investigation has the main objective of validating the Difficulties in Emotional Regulation scale for adolescents in the Portuguese population (EDRE-VA), proving its reliability on the evaluation of this construct. The intent of this investigation is to test the dimensional structure of measure from the factorial confirmatory analysis (AFC). As specific objectives, it is proposed to test the psychometric properties of the scale, the invariance of the measurement model, the temporal stability of measure, establish construct validity and study the gender differences in the use of emotional regulation strategies.

Materials and methods: 607 adolescent participants aged between 14 and 18 years old (50,9% female gender; average age $16,12 \pm 1,231$) completed the Difficulties in Emotional Regulation scale and additionally 440 participants completed a set of measures of emotional regulation and quality of life. A subsample of 100 adolescents participated in the test-retest (50% of each gender).

Results: The EDRE-VA revealed an acceptable adjustment of the multidimensional model found in the original version. Though, it was not possible to establish the invariance of the measurement model by gender. The results show that this version has a factorial structure similar to the original scale, an acceptable test-retest reliability ($r = .52$), an excellent internal consistency (Cronbach's $\alpha = .91$) and an acceptable convergent and divergent validity.

Conclusions: The EDRE-VA looks to be a valid self-report instrument for this population, making available a measure that allows studying the difficulties of emotional regulation in adolescents. However, it proves to be a less robust instrument since the measurement model did not prove to be invariant by gender.

Key-words: Emotion Regulation; Difficulties in Emotional Regulation Scale; Adolescents; Strengths and Difficulties; Quality of life

Índice

1. Introdução	5
1.1. (Des)Regulação Emocional	5
1.2. Desregulação Emocional na Adolescência	9
1.3. Diferenças de Género na Regulação Emocional em Adolescentes	10
1.4. Desregulação Emocional e outras variáveis relevantes	13
2. Objetivos	16
3. Método	17
a. Amostra	17
b. Instrumentos de Avaliação	19
c. Procedimentos Éticos	23
d. Procedimentos de Recolha de Dados	24
4. Estratégia Analítica	24
5. Resultados	27
Análise Preliminar dos Dados	27
Análise Fatorial Confirmatória da Escala de Dificuldades de Regulação Emocional Versão Adolescentes	27
Estudo das Propriedades Psicométricas da Escala de Dificuldades de Regulação Emocional	30
Estudo da Fidelidade Teste-Reteste da Escala de Dificuldades de Regulação Emocional	33
Estudo da Associação da Escala de Dificuldades de Regulação Emocional com outras variáveis relevantes	33
Estudo das Diferenças entre Géneros na Escala de Dificuldades de Regulação Emocional	35
6. Discussão	36
7. Limitações e Direções Futuras de Investigação	42
8. Conclusão	43
Bibliografia	44

1. Introdução

As emoções têm um lugar primordial na vida humana, sendo parte integrante de todas as interações com o ambiente (Sroufe, 1995). Estas motivam um indivíduo a adequar-se ao meio envolvente e a modificar o mesmo para se adaptar às suas preocupações e/ou objetivos (Southam-Gerow, 2013).

Gross e Thompson (2007) salientam que as emoções se evidenciam quando um sujeito se confronta com uma situação e a visualiza como significativa para si. As emoções modificam-se consoante o contexto em que ocorrem de acordo com o significado atribuído pelo indivíduo, demonstrando-se ser vantajosas na resolução de obstáculos. Porém, as estas podem, também, provocar mal-estar quando o contexto social e físico em que o indivíduo se insere é distinto do que seria esperado (Vaz, 2009). Este princípio acentua a flexibilidade das emoções, possibilitando, desta forma, a regulação emocional (Gross & Thompson, 2007).

1.1. (Des)Regulação Emocional

A definição de Regulação Emocional ainda não reúne consenso na literatura (Weinberg & Klonsky, 2009). No entanto pode ser descrita como uma componente que permite aos sujeitos as aptidões necessárias para responderem, de forma eficaz e maleável às exigências do ambiente que os rodeia (Putnam & Silk, 2005). Thompson (1994) define a regulação emocional como processos extrínsecos e intrínsecos encarregues da monitorização, avaliação e modificação das reações emocionais que possibilitam ao sujeito o alcance os seus objetivos. Este processo envolve a competência para compreender as emoções, bem como moldar a sua experiência e expressão das mesmas (Barret, Gross, Christensen, & Benvenuto, 2010).

Uma regulação eficaz compreende a escolha de estratégias adaptadas e adequadas, constituindo-se, assim, um indicador de ajustamento psicológico (Campbell-Sills & Barlow, 2007). Gratz e Roemer (2004) demonstraram que a regulação emocional adaptativa envolve modificar a intensidade ou duração de uma emoção, ao invés de alterar a emoção que é experienciada. Os mesmos autores salientam, ainda, que é necessário modular a experiência das emoções, em vez de excluir determinadas emoções (Gratz & Roemer, 2004). Neste sentido, alguns autores argumentam que a regulação emocional

adaptativa envolve a monitorização e a avaliação da experiência emocional, destacando a importância da consciência, compreensão e aceitação das emoções (Thompson & Calkins, 1996; Gratz & Roemer, 2004).

O Modelo Processual de Regulação Emocional (MPRE), desenvolvido por Gross e Thompson (2007), propõe que a regulação emocional possa ser caracterizada conforme a circunstância em que as emoções exercem o primeiro impacto no processo emocional, isto é, este modelo procura distinguir entre estratégias de regulação das emoções focadas nos antecedentes das estratégias de regulação emocional focadas na resposta. O MPRE identifica cinco categorias de processos de regulação, sendo que estas envolvem tanto foco no antecedente, como no consequente. As cinco categorias foram identificadas como: seleção de situação, modificação de situação, direção da atenção, mudanças cognitivas ou avaliações e modulação de resposta (Southam-Gerow, 2013).

Ao nível da investigação e intervenção têm sobressaído duas estratégias: modificação cognitiva (e.g., reavaliação cognitiva) e modulação de resposta (e.g. supressão emocional). A reavaliação cognitiva abrange a modificação do significado concedido à situação, com o propósito de alterar a resposta emocional a essa situação (Gross, 2008). Sendo uma estratégia focalizada nos antecedentes, esta, sucede e intervém antes da resposta emocional ter sido totalmente concebida podendo modificar, de forma eficaz, a trajetória emocional subsequente (John & Gross, 2004). O recurso frequente à reavaliação cognitiva parece estar relacionado, de modo afetivo, com uma maior expressão e experiência comportamental de emoções positivas, bem como, com uma experiência e expressão das emoções negativas mais reduzida (Gross & John, 2003), sendo uma estratégia associada a um melhor funcionamento interpessoal (Gross & John, 2003). Num segundo momento, a partir da modulação da resposta ou da supressão emocional, o indivíduo pode envolver-se em estratégias de regulação emocional focadas na resposta, uma vez que a modulação surge após as tendências de resposta já terem sido iniciadas. Esta última tem como finalidade a modificação direta da dimensão fisiológica, experiencial e comportamental da emoção experienciada (Gross, 2008; Gross & Thompson, 2007). Deste modo, a supressão emocional é constituída pela inibição consciente do comportamento de expressão emocional em curso e tem como intuito a transformação da componente comportamental, porém sem redução da experiência emocional das emoções negativas (Gross, 2002). Alguns estudos indicam que os sujeitos

que recorrem frequentemente a esta estratégia sentem mais emoções negativas e experienciam e expressam menos emoções positivas (Gross & Levenson, 1997). De acordo com Gross & John (2003), a supressão emocional envolve também a desativação das emoções de um modo que interfere com a capacidade de atenção das emoções, conduzindo a uma menor consciência, compreensão emocional e conseqüentemente ausência de esforços para lidar com as emoções. Em comparação com a reavaliação cognitiva, a supressão emocional possui conseqüências cognitivas, afetivas e sociais indesejáveis. A regulação focada nos antecedentes, por comparação com a regulação focada na resposta, parece revelar-se mais eficiente (Reverendo, 2011). Considera-se, então, que o modelo de Gross proporciona uma base estruturada para a investigação da regulação das emoções, revelando-se um suporte conceptual útil na perceção dos mecanismos, das causas e das conseqüências implícitas às diferentes formas de regular as emoções (Gross, 1998).

A regulação emocional revela ainda um papel unificador na apresentação de uma panóplia de sintomas e de comportamentos mal adaptativos (Velo, Pinto-Gouveia, & Dinis, 2011). Gratz e Roemer (2004) propõem que esta finalidade é um indicador de ausência de aceitação emocional, fator associado a um aumento das dificuldades na regulação emocional. Os mesmos autores sugerem que a desregulação emocional pode constituir um risco acentuado considerando as tentativas de controlo da expressão emocional quando a excitação fisiológica aumenta (Gratz & Roemer, 2004).

A desregulação emocional pode ser compreendida como o padrão regulatório que exerce influência negativa noutros sistemas comportamentais inviabilizando a manutenção dos objetivos pessoais, da interação com o ambiente ou até do bem-estar emocional (Dodge & Garber, 1991; Sroufe, 1996; Bridges, Denham & Ganiban, 2004). Abbott (2005), por sua vez, define este constructo como sendo um conjunto de processos reguladores que interferem com o funcionamento adaptativo, estando relacionado com recurso excessivo a processos cognitivos como a catastrofização, a ruminação e a supressão do pensamento (Selby, Anestis, & Joiner, 2008).

Assim, o que distingue os dois processos (regulação e desregulação) é a utilização transversal e inflexível das estratégias de regulação que, conseqüentemente, impossibilitam os outros sistemas comportamentais de realizar as suas funções (Dodge & Garber, 1991; Sroufe, 1996; Bridges, Denham & Ganiban, 2004).

Para além do MRPE, que propõe que a regulação emocional se realize por dois tipos de estratégias, uma adaptativa e uma desadaptativa, outros autores conceptualizam a desregulação emocional como um constructo de diversas dimensões que abrange défices em distintas áreas como: consciência, compreensão e aceitação das emoções; a capacidade de controlar comportamentos impulsivos em circunstâncias de emoção negativa, bem como agir tendo em conta os objetivos desejados e aptidão para utilizar a regulação emocional de forma adequada e eficaz conforme a implementação de estratégias que modulem as respostas emocionais (Gratz & Roemer, 2004). Segundo os mesmos autores, a ausência de algumas destas estratégias ou de todas poderão indicar a presença de dificuldades na regulação ou desregulação emocional. Adicionalmente, Gratz e Roemer (2004) defendem que défices na capacidade de diferenciar, experimentar e responder, espontaneamente, à totalidade das emoções, podem ser pouco adaptativos, assim como défices na capacidade de atenuar e modelar as emoções desagradáveis intensas (Cole, Michel, & O'Donnell-Teti, 1994; Gross & Muñoz, 1995).

Fatores como as dificuldades na perceção das emoções, a excessiva intensidade emocional, a reatividade negativa às condições emocionais e mecanismos desadaptativos da regulação emocional são característicos das disfunções da regulação emocional (Mennin, Holaway, Fresco, Moore, & Heimberg, 2007).

A desregulação das emoções pode, então, ser compreendida como o modelo que exerce influência de forma negativa noutros sistemas comportamentais e que inviabiliza a manutenção da interação com o ambiente, das metas pessoais ou do bem-estar emocional do indivíduo (Ferreira, 2015). Pode ser explicada pela existência de padrões de regulação da emoção que deterioram o funcionamento do indivíduo ou o colocam em perigo (Arruda, 2014).

Neste seguimento, Linehan (1993) define desregulação emocional como um efeito que provém tanto de uma vulnerabilidade emocional elevada como de uma inaptidão para regular as emoções, i.e., uma incapacidade para modificar e modelar as emoções, experiências e ações (Linehan, Bohus, & Lynch, 2007) perante a existência de uma panóplia de emoções, contextos situacionais e dificuldades de adaptação (McMain, Korman, & Dimeff, 2001).

Ao surgir dificuldades na regulação das emoções e na tentativa de recuperação do controlo perante um conflito interpessoal, podem surgir comportamentos de agressão

tanto física como psicológica direcionada ao outro. Assim, os sujeitos com dificuldades em regular as suas emoções e experiências evidenciam uma tendência mais elevada para a prática de comportamentos de risco e envolvimento em relações de carácter abusivo (Scott, Stepp & Pilkonis, 2014). Segundo Kim e Cicchetti (2010), os indivíduos com dificuldade na regulação emocional tendem a manifestar respostas emocionais descontextualizadas e desajustadas, rejeitam experiências em contexto de pares e exibem condutas agressivas. Estas dificuldades medeiam as associações entre os problemas interpessoais e a severidade dos sintomas (Herr, Rosenthal, Geiger, & Erikson, 2013). A desregulação das emoções não é necessariamente a ausência de controlo emocional, mas também a regulação que atua de um modo disfuncional (Southam-Gerow, 2013).

1.2. Desregulação Emocional na adolescência

A adolescência é um período suscetível a riscos e oportunidades no que diz respeito ao desenvolvimento da regulação emocional, o que faz desta uma etapa fundamental para explorar as emoções, os processos, as variáveis associadas à regulação emocional e as suas dificuldades (Gilbert, 2012; Gross & Thompson, 2007).

A mudança para a adolescência é acompanhada por alterações físicas, psicológicas e sociais que promovem novas experiências de ativação emocional e respostas emocionais mais intensas, que, por sua vez proporcionam a utilização e o aprimoramento das aptidões de regulação emocional, assegurando, desta forma, o funcionamento adaptativo (Gilbert, 2012; Silk, Steinberg, Morris, 2003). As mudanças psicossociais características deste período desenvolvimental contribuem, também, para o processo de desenvolvimento de aptidões regulatórias (Steinberg, 2005), na medida em que os indivíduos vão modificando o modo como se adequam às situações (Gross & Thompson, 2007). Nesta fase, os adolescentes podem ter mais experiências que ativem e aumentem as respostas emocionais (Silk et al., 2003). Ainda nesta fase, experienciam ainda mais afeto negativo, confirmando ao longo da adolescência um aumento da experiência de emoções negativas e um decréscimo de emoções positivas (Gilbert, 2012).

Os adolescentes experienciam maiores oscilações nos seus estados emocionais quotidianos e apresentam tempos de reação mais rápidos na resposta a estímulos emocionais comparativamente com adultos e crianças (Gilbert, 2012). É também neste período de desenvolvimento que as distintas transformações e exigências podem incitar

dificuldades tanto na experiência, como na regulação emocional (Gilbert, 2012; Steinberg, 2005).

Contudo, é de notar que a maioria dos estudos acerca da regulação emocional têm sido desenvolvidos no âmbito de infância e da idade adulta, sendo que poucos estudos se centraram na adolescência (Jaffe, Gullone, & Hughes, 2010). Uma das possíveis razões que contribui para a escassez de investigação nesta fase de desenvolvimento poderá dever-se ao limitado número de instrumentos disponíveis destinados a avaliar a regulação emocional no período da adolescência (Neumann, Lier, Gratz & Koot, 2009).

1.3.Diferenças de Género na Regulação Emocional em Adolescentes

De acordo com alguns estudos, a existência de diferenças de género na adolescência relativamente à qualidade da regulação emocional aponta para um maior nível de regulação emocional por parte do sexo feminino em comparação com o sexo masculino (Morris, Silk, Steinberg, Myers, Robinson, 2007; Silk et al.,2003), todavia apenas em alguns aspetos da regulação emocional (Reverendo, 2011). No que se refere ao sexo feminino este demonstra mais aptidão para reconhecer as emoções (consciência emocional), mas menor competência na identificação de estratégias de regulação emocional adequadas e eficazes. Demonstrando, também uma maior incapacidade de se envolver em comportamentos direcionados por objetivos quando experiencia emoções negativas; no que se refere aos níveis de não aceitação emocional e de ausência de clareza emocional, estes são superiores em relação aos registados no sexo masculino (Neumann et al., 2009). Num estudo de Bravo (2012) o sexo masculino apresentou níveis superiores de ausência de clareza emocional em comparação com o feminino, contrariamente aos resultados encontrado por Neumann et al. (2009).

Ainda no que se refere às diferenças de género relativamente às dificuldades na regulação emocional na adolescência, na investigação de Weinberg e Klonsky (2009), foi possível averiguar que o género feminino pontuou significativamente mais alto nas dimensões estratégias (acesso limitado a estratégias de regulação emocional), clareza (falta de clareza emocional) e objetivos (dificuldades em iniciar comportamentos encaminhados para os objetivos) comparativamente ao sexo masculino. O sexo feminino parece possuir uma maior dificuldade na procura e cumprimento de objetivos e na formulação de estratégias na presença de emoções fortes que podem estar relacionadas

com o facto deste género reportar uma maior experiência e intensidade emocional do que o sexo masculino. Contudo, constatou-se no mesmo estudo, existem evidências em que o sexo feminino apresentou uma maior clareza emocional em relação ao sexo masculino. Para além disso, ainda neste estudo, o sexo feminino utilizou com mais frequência estratégias de regulação emocional em comparação com o outro género. Ainda, no que se refere à população adolescente há indícios de que tanto o sexo masculino como o feminino utilizam diferentes estratégias de regulação emocional (Weinberg & Klonsky, 2009).

Outros estudos, ainda, realizados com esta população indicam que o sexo feminino apresenta uma maior capacidade de inibição de respostas comportamentais inadequadas em relação ao sexo masculino (Else-Quest, Hyde, Goldsmith, & Van Hulle, 2006). Neste sentido é, ainda, possível realçar que o sexo masculino desenvolveu um melhor controlo inibitório ao longo do tempo (Neumann et al., 2009).

Em estudos anteriores, os adolescentes que utilizavam maioritariamente a estratégia de supressão emocional apresentavam mais sintomas depressivos, neuroticismo elevado, assim como, baixos níveis de extroversão, de conscienciosidade e de agradabilidade (Gullone & Taffe, 2012). Os indivíduos que frequentemente suprimem as emoções, sentem-se menos satisfeitos com a vida e têm uma autoestima mais baixa (Vaz, 2009), ainda aparentam ser menos claros acerca das suas emoções, possuem menos sucesso na regulação de humor e descrevem as suas emoções como pouco favoráveis ou inaceitáveis, ruminando acerca dos acontecimentos que provocam mal-estar (Gross & John, 2003). Em contraste, os adolescentes que utilizavam a estratégia de reavaliação cognitiva endossaram menores níveis de sintomatologia depressiva e neuroticismo. Além disso, a predominância do uso desta estratégia foi associada a uma maior extroversão, agradabilidade, conscienciosidade e abertura à experiência (Gullone & Taffe, 2012).

De acordo com algumas investigações realizadas com adolescentes, não existem diferenças de género quanto ao uso da estratégia de reavaliação cognitiva (Gullone & Taffe, 2012). A capacidade de regulação emocional, avaliada pelo uso das duas estratégias de regulação, revelou direções opostas na sua relação com o bem-estar. Os adolescentes que usam a reavaliação cognitiva no processo de regulação emocional, que procuram modificar o significado das situações, parecem, nomeadamente, obter um nível mais elevado de felicidade. A população adolescente que utiliza este tipo de estratégia

apresenta estar mais satisfeita com a sua vida (Freire & Tavares, 2011). Atendendo a estudos antecedentes, o uso da estratégia de supressão emocional evidencia diferenças de género, na medida em que o sexo masculino a utiliza com mais frequência na adolescência (Teixeira, Silva, Tavares & Freire, 2014). Porém, o uso desta estratégia de regulação emocional apresenta associações negativas com todas as medidas de bem-estar na população adolescente. A supressão das emoções parece estar associada a uma avaliação mais negativa da vida no momento presente e a um menor sentimento de realização pessoal, de autoaceitação e de cumprimento de objetivos (Freire & Tavares, 2011). Compreende-se que não existe um padrão de desenvolvimento homogéneo para o uso da estratégia da supressão emocional na adolescência (Cole & Hollenstein, 2018). Os resultados do estudo de Freire e Tavares (2011) parecem revelar uma tendência para uma maior associação entre a estratégia de reavaliação cognitiva e uma medida de bem-estar psicológico (felicidade) do que com uma medida de bem-estar subjetivo (satisfação com a vida). Por sua vez, o uso da estratégia de supressão emocional parece estar associado negativamente com ambas as dimensões de bem-estar (Freire & Tavares, 2011).

Em investigações prévias, as dimensões consideradas estratégias adaptativas de regulação emocional (aceitação, reorganização positiva, replaneamento, reavaliação positiva e reperspectivar) parecem funcionar como fatores protetores do indivíduo. As dimensões desadaptativas de regulação das emoções (ruminação, catastrofização, culpar os outros e auto-culpabilização) parecem funcionar como fatores de risco na adolescência (Garnefski & Kraaij, 2006; Garnefski, Rieffe, Jellesma, Terwogt, & Kraaij, 2007; Werner & Gross, 2010).

Estes resultados sugerem que baixos níveis de estratégias positivas e elevados níveis de estratégias cognitivas de regulação emocional negativas, encontram-se associados a níveis mais elevados de dificuldades no processo de regulação emocional. Quanto a diferenças de género, embora esta relação seja mais clara e evidente no sexo feminino, os resultados do sexo masculino também, se evidenciaram significativos para a dimensão adaptativa replaneamento (Miranda, 2012). Contudo, existem discrepâncias nos resultados dos estudos encontrados relativamente ao papel do género na ruminação (Burnwell & Shirk, 2007). No que concerne às estratégias de regulação emocional de ruminação e replaneamento, foram encontradas diferenças significativas quanto ao

género, em que o sexo feminino obteve valores elevados em relação ao sexo masculino em ambas as dimensões (Miranda, 2012).

Em relação às diferentes estratégias de regulação emocional, o sexo feminino apresentou valores mais elevados na maioria das estratégias avaliadas, à exceção das dimensões: reavaliação positiva, perspetiva, catastrofização e culpa no outro, em que o sexo masculino apresentou índices superiores. Algumas estratégias desadaptativas como a ruminação, auto-culpabilização e catastrofização podem ainda assumir um papel mediador entre os acontecimentos de vida e o processo de regulação emocional, podendo funcionar ainda como fatores de risco neste processo, como referido anteriormente (Miranda, 2012).

Considerando a desregulação emocional como fator primordial na fase da adolescência, alguns estudos indicam a existência de correlações com a deterioração da qualidade de vida do indivíduo e da sua família (Muñoz-Martínez, Vargas, & Hoyos-González, 2016).

Alguns autores afirmam que durante esta fase de desenvolvimento uma melhor compreensão da regulação emocional pode auxiliar na perceção das diferenças individuais no ajustamento e na saúde mental (Nunes, 2013).

Os estilos disfuncionais de regulação emocional podem ser compreendidos como fatores de risco na adolescência (Smith-Israel, 2009). Contudo, a complexidade e as dificuldades da regulação emocional podem ser reversíveis, uma vez que a adolescência é uma fase de desenvolvimento, na qual podem ser alcançadas competências e estratégias de regulação emocional funcionais (Cabral, 2012).

1.4. Desregulação Emocional e outras variáveis relevantes

Dada a pertinência da regulação e desregulação emocional na adolescência e posterior ajustamento psicológico é importante o desenvolvimento de medidas de avaliação adequadas.

Relativamente aos instrumentos aferidos para Portugal, uma das medidas que se evidencia diz respeito ao *Questionário da Regulação Emocional - Crianças e Adolescentes* (QRE-CA) que mede a capacidade de regulação emocional no uso de duas estratégias distintas: reavaliação cognitiva e supressão emocional (Teixeira et al., 2014). A outra medida que sobressai avalia a qualidade da regulação emocional em crianças e

adolescentes, sendo esta a *Emotion Regulation Index for Children and Adolescents* (ERICA), composta por três subescalas: controlo emocional (i.e., avalia a desregulação do afeto negativo e as expressões e respostas socialmente inapropriadas), autoconsciência emocional (i.e., mede o reconhecimento e a flexibilidade emocional) e responsividade situacional (i.e., avalia a sensibilidade social e as respostas emocionais socialmente apropriadas) (Reverendo, 2011).

Consta-se que as medidas validadas existentes são abrangentes e avaliam a regulação emocional e as suas estratégias, evidenciando a lacuna presente quanto à ausência de medidas que avaliem específica e exclusivamente as dificuldades no processo de regulação das emoções.

É essencial salientar que a Escala de Dificuldades na Regulação Emocional (DERS) para a população adulta tem sido traduzida e validada para diversos países, incluindo: Portugal, França, México, Holanda, Argentina, Estados Unidos, Espanha, Austrália, Hungria, Turquia e Itália, tanto em amostras clínicas como não clínicas (Medrano & Trógolo, 2016).

A escala das Dificuldades de Regulação Emocional versão adolescentes (EDRE-VA) avalia diversas dimensões que possibilitam compreender a desregulação das emoções, contrariamente aos métodos de avaliação validados para a regulação emocional para esta população em Portugal. A EDRE-VA mensura níveis de desregulação emocional que consistem na não aceitação da resposta emocional, ausência de consciência e de clareza emocional, dificuldades na implementação de objetivos e na inibição de impulsos e de rigidez no uso de estratégias que visam a modelação da duração e/ou intensidade das respostas emocionais em detrimento da sua supressão (Veloso et al., 2011). De acordo a investigação de Neumann et al. (2009), a estrutura fatorial e a validade da DERS para adolescentes é equivalente à encontrada para adultos na escala original. No que concerne a diferenças entre género na regulação emocional, este estudo apresenta resultados que indicam que a carga fatorial é semelhante à original em todas os fatores, bem como a existência de uma forte invariância fatorial para as dimensões: clareza, impulsos e estratégias. Em relação às dimensões para as quais não foi encontrada uma forte invariância fatorial (i.e. dimensão consciência, objetivos e não aceitação), este resultado pode dever-se a diferenças na interpretação ou classificação dos itens, assim como diferenças reais nas dificuldades de regulação emocional (Neumann et al., 2009).

A investigação de Weinberg e Klonsky (2009) num panorama geral também suporta a estrutura fatorial e a validade da escala de Dificuldades na Regulação Emocional (DERS) para adolescentes, sugerindo esta escala como um instrumento vantajoso para as teorias de regulação e desregulação emocional neste tipo de população. No entanto, de acordo com Weinberg e Klonsky (2009), a dimensão consciência exibiu substancialmente uma baixa correlação com o total da escala DERS comparado com as outras dimensões. O mesmo resultado foi apresentado no estudo de validação de Veloso et al. (2011) para adultos, em que se verificou que todos os fatores se correlacionam positivamente entre si, a exceção da dimensão Consciência que se correlacionou negativamente com os outros fatores. Embora demonstre alguma incongruência nestas correlações, uma vez que se esperariam correlações positivas entre todos os fatores, uma hipótese explicativa para esta ocorrência prende-se com o facto dos itens que compõem este fator serem itens invertidos, o que dificulta a sua compreensão e resposta por parte da população adolescente (Veloso et al., 2011).

Ainda nesta investigação de validação para adultos, as dimensões Clareza e Consciência apresentaram índices inferiores aos da escala original, sendo que a consistência interna de cada subescala é classificada como fraca e razoável, respetivamente. A consistência interna destas subescalas parece estar comprometida pelo facto de existir alguma sobreposição entre estas dimensões, a qual parece não estar dissociada das dificuldades ao nível da tradução dos itens (Veloso et al., 2011). Ainda neste estudo e à semelhança da versão original, foram encontradas diferenças significativas entre o género numa dimensão. Contudo, na versão portuguesa, as diferenças verificaram-se no fator Clareza, sendo que o sexo feminino endossou mais alto nesta dimensão que o sexo masculino, o que revela uma maior dificuldade no reconhecimento das suas emoções. Na versão original as diferenças significativas entre o género verificaram-se na dimensão Consciência, apresentando o sexo masculino maior dificuldade ao nível da ausência de consciência das suas emoções (Veloso et al., 2011). As dimensões consciência e clareza sugerem que pode haver uma diferença entre estar ciente das respostas emocionais e ter uma compreensão clara da natureza dessas respostas. Do mesmo modo, as dimensões objetivos e impulsos sugerem que pode haver uma diferença entre ser capaz de inibir comportamentos indesejáveis e envolver-se no comportamento desejado. Estas últimas duas dimensões focam nas dificuldades em

controlar o comportamento quando a emoção ocorre ao invés de focalizar nas dificuldades em controlar a emoção (Gratz & Roemer, 2004).

A validação da escala EDRE-VA, para a população adolescente portuguesa permitirá uma maior compreensão das dificuldades que ocorrem no processo de regulação das emoções desta faixa etária. Irá possibilitar, também, a implementação de estratégias adequadas e direcionadas ao protocolo terapêutico, considerando a dificuldade específica que o indivíduo apresenta ao nível da regulação emocional, com o intuito de a ajustar. Pretende-se, assim, adequar o funcionamento da competência emocional do adolescente tendo em conta que, face às exigências do contexto social, está dependente da capacidade da regulação emocional de forma flexível e adaptativa (Gratz, & Roemer, 2004). A relevância do presente estudo prende-se pela validação da escala para uma população que ainda não foi investigada, procurando que este se revele um instrumento que seja capaz de colmatar a lacuna de investigação e a carência de estudos até ao momento para responder e avaliar a regulação das emoções nesta faixa etária. Desta forma, procura-se medir as dificuldades na regulação das emoções através de uma variabilidade de dimensões, o que possibilita adquirir uma compreensão mais detalhada e específica do género de dificuldades apresentadas. Por fim, é imprescindível salientar a importância de compreender das dificuldades em regular das emoções na adolescência, sendo que, investigar-se-ão também as diferenças de género.

2. Objetivos

A presente investigação tem como objetivo geral a validação da versão portuguesa da Escala das Dificuldades na Regulação Emocional em adolescentes (EDRE-VA), comprovando a sua fiabilidade na avaliação deste constructo. Através da Análise Fatorial Confirmatória (AFC) pretende-se testar a estrutura dimensional de medida.

Como objetivos específicos, esta investigação procura: (1) confirmar a estrutura fatorial do instrumento; (2) testar as propriedades psicométricas do instrumento, nomeadamente a consistência interna, do score total e dos fatores; (3) estudar a invariância do modelo de medida; (4) estudar a estabilidade temporal da medida; (5) estabelecer a validade de constructo em relação a variáveis externas (convergente e

divergente) e (6) investigar diferenças de género na população adolescente quanto ao recurso a diferentes estratégias de regulação emocional.

Neste sentido, estabelecem-se as seguintes hipóteses de investigação:

- 1) Reproduzir a solução fatorial encontrada na DERS original (Gratz, & Roemer, 2004) e em adultos portugueses (Coutinho et. al, 2010; Veloso et al., 2011);
- 2) A escala e as suas dimensões apresentam adequada consistência interna;
- 3) O modelo de medida será invariante por género;
- 4) Espera encontrar-se uma associação positiva entre as dificuldades na regulação emocional e a supressão emocional e uma associação negativa entre as dificuldades da regulação das emoções e a reavaliação cognitiva;
- 5) Espera encontrar-se correlações positivas entre as dificuldades de regulação emocional e as estratégias de ruminação, de auto-culpabilização, de culpar os outros e de catastrofização; bem como, correlações negativas com as estratégias de aceitação, de reavaliação cognitiva, de replaneamento, de reorganização positiva e de perspetiva;
- 6) Espera encontrar-se associações negativas entre as dimensões adaptativas do Questionário de Capacidades e Dificuldades (SDQ) e as dificuldades de regulação emocional e, associações positivas com as dimensões desadaptativas do SDQ;
- 7) Pretende encontrar-se associações negativas entre as dificuldades na regulação emocional e a qualidade de vida.

3. Método

a. Amostra

A seleção dos participantes obedeceu a critérios de inclusão: ser de nacionalidade portuguesa ou dominar a língua portuguesa (saber ler e escrever português) e idades compreendidas entre os 14 e os 18 anos; assim como critérios de exclusão específicos: 1) Iliteracia; 2) Necessidades Educativas Especiais; 3) Acompanhamento Psicoterapêutico; 4) Sinalização de Problemas de Comportamento e 5) Sintomatologia Clinicamente Revelante.

De modo a realizar o estudo da dimensionalidade da Escala de Dificuldades de Regulação Emocional em adolescentes numa amostra comunitária, foram recolhidos 607

participantes da região Centro de Portugal. A amostra foi constituída por 298 adolescentes do sexo masculino (49,1%) e 309 do sexo feminino (50,9%) e, tal como referido anteriormente, com idades compreendidas entre os 14 e os 18 anos ($M= 16,12$; $DP= 1, 23$). Verificou-se a existência de diferenças estatisticamente significativas entre géneros masculino e feminino em relação à idade [$t(606) = 322, 548$; $p= .000$].

Estes adolescentes apresentaram uma média de anos de escolaridade concluídos de 10,16 ($DP= 1, 03$), correspondendo ao 9º ano de escolaridade. No que diz respeito ao número de reprovações a média é de .31 ($DP= .69$), sendo que 76 participantes reprovaram uma vez (12,5%), 35 participantes duas vezes (5,8%) e 15 participantes três vezes (2,5%) da amostra total. Verificou-se, ainda, que não existem diferenças significativas entre géneros no número de anos de escolaridade a frequentar [$t(438) = .832$; $p= .406$].

Todos os participantes sabiam ler e escrever português (critério de inclusão), embora nem todos tenham nacionalidade portuguesa, sendo que 407 dos participantes são portugueses (83,2%). As outras nacionalidades presentes neste estudo encontram-se agrupadas por continentes: europeu (3,1%), americano (9,8%), africano (3%), asiático (0,9%). Quanto ao nível socioeconómico (NSE)¹, 32,3% dos participantes apresentam um NSE baixo, 38,7% um NSE médio e 29,0% um NSE alto. É possível verificar que existem diferenças significativas entre género em relação ao NSE dos participantes [$\chi^2(2) = 9,007$; $p= .011$]. Segundo estas diferenças, o sexo feminino apresenta um NSE baixo de 36,2% ($n=112$), um NSE médio de 33,1% ($n= 102$) e um NSE alto de 30,7% ($n= 95$). E o sexo masculino apresenta um NSE baixo de 28,2% ($n= 84$), um NSE médio de 44,6% ($n= 133$) e um NSE alto 27,2% ($n= 81$).

Os participantes foram recrutados em Escolas Regulares (82,7%), em Escolas Profissionais (.7%) e por Amostra de Conveniência (16,6%).

No total foram entrevistados 655 adolescentes, sendo que 48 jovens não ingressaram na amostra final para a realização do estudo, devido a 12 adolescentes não preencherem critérios de inclusão (e.g. idades compreendidas entre os 14 e os 18 anos) e 36 preencherem critérios de exclusão (e.g. acompanhamento psicoterapêutico e

¹ O Nível Socioeconómico foi avaliado através da profissão dos pais, considerando a classificação das profissões portuguesas (Instituto Nacional de Estatística, 2010). Exemplos de profissões no grupo de NSE altos são juizes ou professores do ensino superior; no grupo de NSE médio são enfermeiros, psicólogos ou professores de escola; e no grupo de NSE baixo são agricultores, pessoal de limpeza ou trabalhadores indiferenciados.

necessidades educativas especiais). Da amostra total, apenas 440 dos participantes preencheram todos os instrumentos selecionados para este estudo, tendo os restantes participantes preenchido somente a EDRE-VA.

b. Instrumentos de Avaliação

Questionário sociodemográfico, construído para o efeito, abrange questões relacionadas com o género, idade, nacionalidade, etnia, grau de escolaridade, saber ler e escrever português, sinalização de necessidades educativas especiais, problemas de comportamento ou de saúde e acompanhamento psicoterapêutico.

Escala de Dificuldades na Regulação Emocional – Versão Adolescentes – EDRE-VA (Gratz, & Roemer, 2004; Adaptação para adolescentes: Sousa, Ribeiro da Silva, & Rijo, 2018; a partir das versões portuguesas para adultos de Veloso, Pinto Gouveia, & Dinis, 2011 e Coutinho, Ribeiro, & Dias, 2010). Este instrumento é um questionário de autorresposta, constituído por 36 itens, nos quais são avaliados os níveis de desregulação emocional em seis fatores: não aceitação da resposta emocional (**Não Aceitação**), dificuldades em iniciar comportamentos encaminhados para os objetivos (**Objetivos**), dificuldades no controlo dos impulsos (**Impulsos**), ausência de consciência emocional (**Consciência**), acesso limitado a estratégias de regulação emocional (**Estratégias**) e falta de clareza emocional (**Clareza**). Relativamente ao estilo de resposta, este é avaliado através de uma escala de *Likert* de 5 pontos, do 1 (Quase nunca) ao 5 (Quase sempre). Este instrumento apresenta itens invertidos, sendo eles os itens 1, 2, 6, 7, 8, 10, 17, 20, 22, 24, 34; perfazendo um total de 11 itens. Após a recodificação destes itens, é possível adquirir uma pontuação para cada dimensão ou uma pontuação total. Pontuações mais elevadas assinalam uma maior dificuldade na regulação emocional (Gratz & Roemer, 2004). Quanto às propriedades psicométricas, o estudo original revelou possuir elevados valores de consistência interna total ($\alpha = 0.93$), uma boa fidelidade teste-reteste ($r = .88$), assim como uma validade de constructo e preditiva adequadas. No estudo original os seis fatores representam 55,68% da variância total das variáveis e todos os fatores também apresentaram uma consistência interna adequada ($\alpha > .80$). Especificamente a dimensão de Objetivos apresentou um alfa de .89, a dimensão de Estratégias possuiu um alfa de .88, a dimensão de Impulsos um alfa de .86, a dimensão de Não Aceitação apresentou um alfa

de .85, a dimensão de Clareza evidenciou um alfa de .84 e a dimensão de Consciência apresenta um alfa de .80 (Gratz & Roemer, 2004). Quanto à aferição de escala para Portugal em adultos, esta revela que os seis fatores explicitam uma variância total de 58,24% e que contem uma consistência interna total elevada ($\alpha = .92$), bem como para todos os fatores ($\alpha > .75$). A dimensão Estratégias ($\alpha = .88$), a dimensão Não Aceitação ($\alpha = .86$), a dimensão de Objetivos ($\alpha = .85$), a dimensão Impulsos ($\alpha = .80$), a dimensão Clareza ($\alpha = .75$) e a dimensão Consciência ($\alpha = .74$) apresentam valores elevados de consistência interna. A escala tem bons valores de estabilidade temporal ($r = .82$) (Coutinho et al., 2010). De acordo com a versão de Veloso et al. (2011), esta evidencia uma boa consistência interna ($\alpha = .90$) e apresenta um valor de estabilidade temporal alto ($r = .84$). Os valores de consistência interna de cada subescala variam entre fracos ($\alpha = .67$), envolvendo as dimensões Clareza e Consciência e bons ($\alpha = .86$) abarcando as dimensões Não Aceitação, Objetivos, Impulsos e Estratégias. A validade convergente, divergente e discriminante é adequada e ainda detém uma boa fidelidade teste-reteste. Na amostra do presente estudo, a escala apresenta uma consistência interna total elevada ($\alpha = .91$) e uma estabilidade temporal aceitável ($r = .52$). As dimensões não aceitação ($\alpha = .85$), objetivos ($\alpha = .83$), impulsos ($\alpha = .82$), clareza ($\alpha = .81$), estratégias ($\alpha = .80$) e consciência ($\alpha = .71$) apresentam uma boa consistência interna. A análise das propriedades psicométricas deste instrumento na população adulta portuguesa constitui o objetivo deste estudo.

Questionário da Regulação Emocional - Crianças e Adolescentes (QRE-CA-Emotion Regulation Questionnaire – Children and Adolescents; Gullone & Taffe, 2011; versão portuguesa para adolescentes ainda em fase de estudo: Teixeira, Silva, Tavares, & Freire, 2014). O instrumento avalia as diferenças individuais na utilização de estratégias de regulação emocional, como **Supressão Emocional** e **Reavaliação Cognitiva**, sendo este uma medida de autorresposta. O questionário é constituído por 10 itens repartidos por duas subescalas: “*Reavaliação Cognitiva*” (com 6 itens – item 1, 3, 5, 7, 8 e 10) e “*Supressão Emocional*” (com 4 itens – 2, 4, 6 e 9) e possui uma escala do tipo Likert de 5 pontos (1- Discordo muito, 2- Discordo, 3-Não discordo nem concordo, 4- Concordo, 5- Concordo muito). A pontuação é baseada na soma de todos os itens para cada domínio. A distribuição desta para cada subescala corresponde de 6 a 30 pontos na “Reavaliação

Cognitiva” e de 4 a 20 pontos na “Supressão Emocional”. Quanto mais alta for a pontuação significa que existe um maior uso da respetiva estratégia. Relativamente à consistência interna, na escala original é classificada como boa, sendo que a reavaliação cognitiva apresenta um alfa de 0.83 e a supressão emocional um alfa de 0.75 (Gullone & Taffe, 2011), enquanto que na versão portuguesa aferida para adolescentes é considerada aceitável, em que a reavaliação apresenta um alfa de 0.70 e a supressão evidencia um alfa de 0.65) (Teixeira et al., 2014). Neste estudo, foi encontrada uma consistência interna aceitável deste instrumento ($\alpha = .67$), tal como na dimensão supressão emocional ($\alpha = .66$), já a dimensão reavaliação cognitiva ($\alpha = .74$) apresentou um alfa razoável.

Questionário de Regulação Cognitiva da Emoção (CERQ: Cognitive Emotion Regulation Questionnaire; Garnefski, Kraaij, & Spinhoven, 2001; CERQ-Kids Version; Garnefski, Rieffe, Jellesma, Terwogt, & Kraaij, 2007; Tradução e adaptação: Rijo, Canavarro, Fonseca, Pereira, Moreira, & Vagos, 2017). É um questionário multidimensional de autorresposta que identifica as estratégias cognitivas utilizadas para regular as emoções, após a vivência de acontecimentos de vida negativos. É composto por 36 itens, distribuídos por nove dimensões que traduzem nove estratégias cognitivas de regulação emocional (quatro mal adaptativas e cinco adaptativas): **auto-culpabilização** (pensamentos que o indivíduo se culpa a si mesmo pelo que experienciou), **ruminação** (pensamentos acerca dos sentimentos e pensamentos relacionados com o acontecimento negativo), **catastrofização** (pensamentos de ênfase do terror do acontecimento vivido), **culpar os outros** (pensamentos acerca de pôr a culpa do que foi experienciado nos outros ou no meio envolvente), **aceitação** (pensamentos de aceitar a experiência e se resignar com o que aconteceu), **reorganização positiva** (pensamentos em relação a outros assuntos mais agradáveis em vez do evento negativo), **replaneamento** (pensamentos acerca das etapas a cumprir e como lidar com o acontecimento negativo), **reavaliação positiva** (pensamentos acerca de dar um significado positivo ao acontecimento em termos de crescimento pessoal) e **perspetiva** (colocar em perspetiva ou pensamentos sobre desvalorizar a seriedade e gravidade do evento quando comparado com outros) (Garnefski et al., 2001). Cada subescala deste instrumento é constituída por 4 itens. A pontuação de cada subescala pode ser obtida através da soma dos 4 itens, sendo a pontuação mínima 4 e a máxima 20. Quanto maior

a pontuação de cada subescala, mais a estratégia cognitiva em questão é utilizada. Os itens são respondidos através de uma escala de Likert de 5 pontos, que varia entre 1 (Quase nunca) e o 5 (Quase sempre). Na versão para crianças e adolescentes foram obtidos valores de consistência interna considerados moderados a bons, sendo que o valor mínimo foi obtido na dimensão aceitação ($\alpha = 0.62$) e nas dimensões catastrofização, reavaliação positiva e perspectiva os alfas obtidos encontram-se entre 0.65 e 0.70; já as dimensões auto-culpabilização, culpar os outros e ruminação apresentam um alfa de 0.79 (Garnefski et al., 2007). Os estudos de validação da versão portuguesa para adolescentes não foram ainda concluídos. Na presente investigação foi encontrada boa consistência interna para as dimensões reorganização positiva ($\alpha = .85$), replaneamento ($\alpha = .85$), culpar outros ($\alpha = .85$) e reavaliação positiva ($\alpha = .81$), valores fracos para as dimensões auto-culpabilização ($\alpha = .77$), catastrofização ($\alpha = .73$), perspectiva ($\alpha = .72$) e ruminação ($\alpha = .72$) e valores inadmissíveis para a dimensão aceitação ($\alpha = .59$). Apresenta, ainda, uma boa consistência interna global do instrumento ($\alpha = .83$).

Questionário de Capacidades e Dificuldades – SDQ-For (The Strength and Difficulties Questionnaire; Goodman, 1997, 2001; Tradução e adaptação: Fleitlich, Loureiro, Fonseca, & Gaspar, 2005). É um instrumento de autorresposta de rastreio comportamental, cujo objetivo é avaliar os comportamentos sociais adequados e positivos (capacidades) e não adequados (dificuldades) em crianças e adolescentes. É composto por 5 escalas, cada uma composta por 5 itens, perfazendo um total de 25 itens. As 5 escalas são caracterizadas por: **sintomas emocionais**, **problemas de comportamento**, **hiperatividade**, **problemas de relacionamento com os colegas** e **comportamento pró-social**. Cada item tem três opções de resposta: “*Não é verdade*”; “*É um pouco verdade*”; “*É muito verdade*”. Existe ainda uma pontuação total de cada uma das 5 escalas que pode variar entre 0 e 10 e o resultado de cada escala pode ser calculado desde que pelo menos 3 itens tenham sido respondidos. A pontuação total de dificuldades do instrumento é realizada pela soma total de todas as escalas com exceção da escala pró-social, após a reversão dos itens indicados (7, 11, 14, 21, 25). A pontuação total das dificuldades pode variar entre 0 e 40. No estudo original é apresentada uma consistência interna geral e total elevada ($\alpha = 0.80$), sendo que a subescala de hiperatividade exhibe um alfa de 0.67, a subescala de comportamento pró-social e sintomas emocionais ostentam um

conjuntamente um alfa de 0.66, a subescala de problemas de comportamento detém um alfa de 0.60 e a subescala de problemas de relacionamento com os colegas apresenta um alfa menor de 0.41 (Goodman, 2001). Ao nível da consistência interna no estudo adaptado para a população portuguesa, os alfas de *Cronbach* mais elevados são os das dimensões hiperatividade ($\alpha = 0.77$) e comportamento pró-social ($\alpha = 0.71$), seguindo-se a dimensão de sintomas emocionais ($\alpha = 0.64$) e de problemas de comportamento ($\alpha = 0.61$), por fim o alfa mais fraco revela-se na dimensão de problemas de relacionamento com colegas ($\alpha = 0.47$), sendo este último insatisfatório (Fleitlich et al., 2005). No presente estudo foram encontrados níveis de consistência interna inadmissíveis e fracos nesta escala, nomeadamente nos domínios problemas de comportamento ($\alpha = .41$), problemas de relacionamento com colegas ($\alpha = .53$), sintomas emocionais ($\alpha = .64$), comportamento pró-social ($\alpha = .69$) e hiperatividade ($\alpha = .77$). Neste estudo, a consistência interna desta escala é fraca ($\alpha = .69$).

Qualidade de Vida em Crianças e Adolescente – Kidscreen-10 (KIDSCREEN-10, Child and Adolescent Version, Ravens-Sieberer, et al., 2010; Tradução e adaptação: Matos, Gaspar, & Simões, 2012). Este instrumento resulta num valor global de qualidade de vida relacionada com a saúde em crianças e adolescentes, entre os 8 e 18 anos. Esta escala é constituída por 10 itens que são respondidos através de uma escala de Likert de 5 pontos. Nos itens 1 e 9, a escala de resposta varia de 1 (Nada) a 5 (Totalmente) e entre os itens 2 ao 8 e item 10 varia entre 1 (Nunca) e 5 (Sempre). Uma pontuação baixa revela que a criança/adolescente se sente infeliz, desintegrada e insatisfeita com a vida familiar, com os pares e escolar. Já uma pontuação elevada significa que sente feliz, integrado e satisfeito com a vida. Apresenta uma elevada consistência interna no estudo original ($\alpha = .82$) e uma boa fidelidade teste-reteste ($r = 0.73$; ICC = 0.72) (Ravens-Sieberer, et al., 2010). Já na adaptação portuguesa, a consistência interna também é elevada ($\alpha = .80$). No presente estudo foi encontrada uma consistência interna inadmissível quanto ao fator total deste instrumento ($\alpha = .46$).

c. Procedimentos Éticos

Este projeto integra-se no âmbito de um plano de estudos mais alargado, tendo sido aprovado pela Comissão Ética e Deontologia da Investigação da Faculdade de

Psicologia e Ciências da Educação da Universidade de Coimbra, assim como ao Departamento de Monitorização de Inquéritos em meio Escolar do Ministério da Educação, para atestar o cumprimento de todos os tramites legais exigidos para a execução de inquéritos em meio escolar, nomeadamente os pareceres favoráveis para a realização da presente dissertação pela Comissão Nacional de Proteção de Dados.

d. Procedimento de Recolha de Dados

Após a aprovação da Direção do estabelecimento de ensino, os jovens selecionados pela própria instituição foram convidados a participar voluntariamente na investigação. Foi dada uma breve explicação dos objetivos do estudo a todos os participantes. O preenchimento de um consentimento informado foi solicitado a cada indivíduo ou ao seu tutor legal (no caso de indivíduos com idade menor a 18 anos). Uma vez que a maioria dos participantes eram menores de idade, foi realizada, adicionalmente, a formulação de um consentimento informado de carácter informativo para os participantes.

Através de um questionário sociodemográfico, os participantes foram avaliados na sua elegibilidade para o estudo. Todos os participantes elegíveis para o estudo responderam, num segundo momento, a medidas de autorresposta que avaliaram a regulação emocional, a qualidade de vida e as dificuldades e capacidades perante as emoções na adolescência. De modo a contrariar o enviesamento das respostas dos sujeitos e/ou possíveis efeitos do preenchimento sequencial dos instrumentos de autorresposta, procedeu-se ao contra balanceamento, sendo que a ordem de administração dos instrumentos foi intercalada em 4 versões diferentes na distribuição pela amostra.

A recolha de dados foi realizada pela investigadora, por colegas de investigação e por elementos da própria instituição. O presente estudo obedeceu a todos os princípios éticos e deontológicos, mantendo a confidencialidade e o anonimato dos participantes.

Por fim, após a recolha de dados foi testada a estabilidade teste-reteste da medida que se pretendeu validar, com a participação total de 100 indivíduos femininos e masculinos com uma diferença temporal de 6 semanas.

4. Estratégia Analítica

Os dados foram analisados através do *software* MPLUS v.8.3 (Muthén & Muthén, 2017) e pelo IBM SPSS Statistic 22 software (2013). O software Mplus foi utilizado para estudar a dimensionalidade da Escala de Dificuldades de Regulação Emocional. Como existe um modelo teórico previamente estabelecido e um modelo de medida aplicado a esta escala, optou-se pela realização de uma Análise Fatorial Confirmatória (AFC), testando-se, assim, o modelo de medida encontrado na versão original (Gratz & Roemer, 2004). Considerando que os dados da presente amostra não seguem uma distribuição normal, o estimador considerado mais apropriado para realizar as análises confirmatórias foi o *Weighted Least Squares Means and Variance adjusted* (WLSMV; Muthén & Muthén, 2007), uma vez que a natureza da resposta aos dados pode ser considerada categorial.

Foi realizada uma análise fatorial confirmatória (AFC), sendo esta uma abordagem baseada na teoria para confirmar estruturas fatoriais hipotéticas. Esta análise pretende testar a avaliação psicométrica de instrumentos de medida, sendo esta utilizada durante o processo de desenvolvimento de uma escala para examinar a estrutura latente de um instrumento de medida. Deste modo, é utilizada para verificar o número de dimensões do instrumento e o padrão de relações entre os itens e os fatores. A análise fatorial confirmatória é, também, frequentemente usada para validação de constructos, isto é, os resultados desta podem fornecer evidência da validade convergente e discriminante dos constructos teóricos (o que indica se as diferentes variáveis são ou não fortemente relacionadas). A AFC é um modelo que se fundamenta em bases teóricas, logo permite verificar se os dados suportam o modelo em questão, uma vez que a estrutura do mesmo pode-se especificar antes da análise estatística.

Para o teste do ajustamento do modelo de medida, foram analisados os seguintes índices de ajustamento: 1) *Chi-Square* (χ^2/df) e os seus graus de liberdade; 2) *Comparative Fit Index* (CFI); 3) *Root Mean Square Error Approximation* (RMSEA); 4) *Standardized Root Mean Square Residual* (SRMR).

Utilizaram-se os seguintes critérios de referência para os valores do CFI: iguais ou superiores a .90 combinado com o SRMR inferiores ou iguais a .08 (Hair, Black, Babin, & Anderson, 2009); contudo para os valores do RMSEA, Kline (2016) considera aceitável um valor entre 0.05 e 0.08.

De modo a confirmar a presença de invariância de género foi realizada uma análise fatorial confirmatória em ambas as amostras com a finalidade de testar a invariância configural (em que medida a estrutura fatorial é igual para os dois grupos). Pretendeu-se testar ainda a invariância métrica (índices de saturação iguais entre os grupos) e escalar (garante que a pontuação obtida se relaciona com o constructo latente independentemente do grupo analisado) (Hair et al., 2009). Para determinar a invariância, foram consideradas as directrizes de Chen (2007): a invariância de medida métrica é determinada quando o $CFI \leq .01$ combinado com $RMSEA \leq .015$ ou $SRMR \leq .03$ e a invariância escalar é estabelecida quando o $CFI \leq .01$ combinado com $RMSEA \leq .015$ ou $SRMR \leq 0.01$.

O IBM SPSS Statistic 22 software foi utilizado para a realização das estatísticas descritivas, testar a normalidade dos dados, análises de correlações, testar as diferenças de médias entre amostras, análise da consistência interna e estudo da associação entre a escala em estudo e variáveis relevantes.

Para se calcular os índices de consistência interna da medida foi ser utilizado o Coeficiente de *Cronbach* (Nunnally, 1978). Foram, também, utilizados os critérios de referência: coeficientes com valores inferiores a .60 são inadmissíveis, entre .60 e .70 são considerados fracos, entre .70 e .80, consideram-se os mesmos razoáveis, entre .80 e .90 são considerados bons coeficientes, por último, alfas de *Cronbach* superiores a .90 são considerados muito bons (Pestana & Gageiro, 2005).

A qualidade dos itens foi averiguada a partir da análise dos seus *loadings* (índices de saturação), através das correlações entre o item e o total das subescalas (excluindo a correlação do item com o próprio) e ainda através da análise do coeficiente de *Cronbach* do fator a que pertence o item, caso o mesmo fosse excluído. Consideraram-se aceitáveis os *loadings* com valores superiores ou iguais a 0.5 (Hair, Black, Babin, & Anderson, 2009).

A associação entre a EDRE-VA e outras variáveis relevantes, assim como a fidelidade teste-reteste (através de uma análise das correlações dos resultados de cada dimensão da escala obtidos em dois momentos distintos de avaliação) foram analisadas através do coeficiente de correlação de *Spearman*, tendo em conta os seguintes critérios de referência: consideram-se as correlações entre variáveis muito baixas para valores inferiores a .20, correlações baixas para um valor entre .21 e .39, correlações moderadas

entre .40 e .69, entre .70 e .89 consideram-se as correlações elevadas e quando são superiores a .90, consideram-se as mesmas muito elevadas (Pestana & Gageiro, 2005).)

Quanto à diferença de género, a sua existência será explorada nas dificuldades da regulação emocional a partir da realização de um teste não paramétrico de amostras independentes - Teste Mann-Whitney.

5. Resultados

Análise preliminar dos dados

Foi realizada a análise da normalidade das variáveis em estudo através do Teste de Kolmogorov-Smirnov. Os resultados demonstraram que todas dimensões da EDRE-VA não apresentam uma distribuição normal (K-S-, $p \leq .001$). Deste modo, foi utilizado o estimador Weighted Least Square Mean and Variance Adjusted (WLSMV) para a realização de todas as Análises Fatoriais Confirmatórias, dado que a natureza dos dados pode ser considerada categorial.

Calculou-se, ainda, as médias e os desvios-padrão das subescalas *Supressão Emocional* ($M = 3.06$; $DP = 0.80$) e *Reavaliação Cognitiva* ($M = 3.44$; $DP = 0.68$) do Questionário da Regulação Emocional, das dimensões *Auto-culpabilização* ($M = 2.39$; $DP = 0.95$), *Ruminação* ($M = 3.06$; $DP = .91$), *Catastrofização* ($M = 2.29$; $DP = .91$), *Culpar os outros* ($M = 1.88$; $DP = .85$), *Aceitação* ($M = 2.69$; $DP = .78$), *Reorganização Positiva* ($M = 2.93$; $DP = 1.03$), *Replaneamento* ($M = 3.31$; $DP = .98$), *Reavaliação Positiva* ($M = 3.25$; $DP = .99$), *Perspetiva* ($M = 3.08$; $DP = .93$) do Questionário de Regulação Cognitiva da Emoção, das subescalas *Sintomas Emocionais* ($M = 1.83$; $DP = .44$), *Problemas de Comportamento* ($M = 1.84$; $DP = .31$), *Hiperatividade* ($M = 2.69$; $DP = .55$), *Problemas de Relacionamento com os Colegas* ($M = 2.22$; $DP = .33$), *Comportamento Pró-social* ($M = 2.64$; $DP = .36$) do Questionário de Capacidades e Dificuldades e da Escala Qualidade de Vida em Crianças e Adolescentes ($M = 3.34$; $DP = .43$).

Análise Fatorial Confirmatória da Escala de Dificuldades de Regulação Emocional Versão Adolescentes

Iniciou-se a análise dos dados através da realização de uma Análise Fatorial Confirmatória do modelo teórico original (Gratz & Roemer, 2004) e reproduzido em adultos portugueses (Coutinho et. al, 2010; Veloso et al., 2011) (Modelo I). Este modelo indica a existência de seis fatores (*Não Aceitação, Estratégias, Consciência, Impulsos, Objetivos e Clareza*) e um fator total que convergem num fator de ordem hierárquica superior (*Dificuldades de Regulação Emocional*). No presente estudo, com base nos fracos índices de ajustamento do modelo de medida, verificou-se que o Modelo I não demonstrou um ajustamento aceitável dos dados (cf. Tabela 1). Deste modo, procedeu-se a algumas modificações do modelo de forma a melhorar os índices de ajustamento do modelo de medida aos dados. De acordo com a primeira análise do modelo, o item 34 apresentou um *loading* muito baixo ($\lambda = .259, p = .000$) e optou-se pela sua retirada. Com esta modificação, não houve um melhoramento significativo dos indicadores de ajustamento do modelo de medida. Adicionalmente, os itens 35 ($\lambda = -.131, p = .001$) e 36 ($\lambda = -.113, p = .005$) deterioraram na sua qualidade psicométrica, e por essa agravante foram, também, retirados das análises. Após as modificações realizadas, a AFC apresentou indicadores de ajustamento com maior qualidade face ao modelo original, sendo classificado como Total Modelo II (cf. Tabela 1), contudo, ainda, não aceitáveis. Deste modo, foram realizadas correlações entre os seguintes pares de erros: a dimensão Clareza com a dimensão Consciência; a dimensão Impulsos com a dimensão Objetivos e o item 7 (“*Sei exatamente aquilo que estou a sentir*”; Dimensão Clareza) com o item 1 (“*Sou capaz de perceber as minhas emoções de forma clara*”; Dimensão Clareza). Com estas modificações realizou-se um AFC em que o modelo de medida revelou uma qualidade de ajustamento superior quando comparada com os indicadores de ajustamento obtidos sem as correlações de erros ($\chi^2 = 2241.152 / df = 488$; RMSEA = .077; CI = .074 - .080; CFI = .900; SRMR = .075), considerando os critérios dos valores de índices de ajustamento de Hair, Black, Babin, & Anderson (2009) para o CFI ($\geq .90$) combinado com o SRMR ($\leq .08$) e para o RMSEA ($.05 \geq ; \leq .08$) (Kline, 2016).

Dado que o Modelo II modificado apresentou um ajustamento adequado aos dados referentes à amostra total, o mesmo foi testado tanto na amostra feminina, como na amostra masculina.

Realizou-se uma AFC para a amostra do sexo masculino, em que o modelo revelou uma fraca qualidade de ajustamento (cf. Tabela 1). Após algumas modificações

sugeridas pelo programa (Mplus v. 8.1) testou-se, novamente, a AFC da amostra masculina e obteve-se indicadores de ajustamento aceitáveis e ajustados aos dados ($\chi^2 = 1315.194 / df = 486$; RMSEA = .076; CI = .071 - .081; CFI = .901; SRMR = .086), considerando os critérios dos valores de índices de ajustamento de Hair, Black, Babin, & Anderson (2009) para o CFI ($\geq .90$) combinado com o SRMR ($\leq .08$) e para o RMSEA ($.05 \geq$; $\leq .08$) (Kline, 2016). Estes índices de ajustamento foram obtidos através das correlações dos seguintes pares de erros: a dimensão Clareza com a dimensão Consciência, a dimensão Impulsos com a dimensão Objetivos, o item 19 (“*Quando estou chateado/a, sinto que perco o controlo sobre mim próprio/a*”; Dimensão Impulsos) com o item 3 (“*Sinto as minhas emoções de modo muito intenso e tenho dificuldade em controlá-las*”; Dimensão Impulsos) e o item 22 (“*Quando estou chateado/a, sei que vou acabar por descobrir uma maneira de me sentir melhor*”; Dimensão Estratégias) com o item 24 (“*Quando estou chateado/a, sinto que continuo a poder controlar os meus comportamentos*”; Dimensão Impulsos).

Tendo em conta que o Modelo II modificado apresentou um ajustamento aceitável aos dados, e de forma a não piorar o seu ajustamento, apesar de existirem mais correlações entre erros, optou-se por fazer, apenas, as correlações acima referidas.

Por fim, realizou-se um AFC para a amostra do sexo feminino, sendo que este revelou um fraco ajustamento do modelo de medida ($\chi^2 = 1981.686 / df = 489$; RMSEA = .099; CI = .095 - .104; CFI = .832; SRMR = .099), não sendo possível um ajustamento aceitável do modelo mesmo colocando a hipótese de se testar as correções e modificações propostas pelo programa (Mplus v.8.1). Deste modo, não foi possível a adequação do modelo de medida ao sexo feminino.

Ao testar o modelo de medida em ambas as amostras, compreendeu-se que não foi possível o ajustamento do mesmo, o que não permitiu estabelecer a invariância configuracional entre os grupos. Deste modo, não foi possível continuar com os seguintes níveis de invariância, uma vez que a invariância configuracional é um pressuposto que não pode ser transgredido.

Os índices de ajustamento de todos os modelos de medida testados encontram-se reportados no quadro 1.

Tabela 1

Índices de ajustamento dos modelos de medida testados para a Escala de Dificuldades de Regulação Emocional.

Escala de Dificuldades de Regulação Emocional Versão Adolescente (EDRE-VA)						
	χ^2	df	RMSEA	CI of RMSEA	CFI	SRMR
Total Modelo I	3187.851	588	.085	.082/.088	.864	.086
Total Modelo II	2626.777	489	.085	.082/.088	.878	.081
Total Modelo II Modificado	2241.152	488	.077	.074/.080	.900	.075
Rapazes	1488.618	489	.083	.078/.088	.881	.092
Rapazes Modificado	1315.194	486	.076	.071/.081	.901	.086
Raparigas	1981.686	489	.099	.095/.104	.832	.099

Nota. χ^2 = Chi-Square; df = degrees of freedom; RMSEA = root mean square error of approximation; CI = confidence interval; CFI = comparative fit index; SRMR = standardized root mean square residual.

* $p \leq .001$.

Estudo das propriedades psicométricas da Escala das Dificuldades de Regulação Emocional

Optou-se por escolher o Modelo II modificado como o que melhor se ajusta aos dados recolhidos. Através da comparação dos índices de ajustamento dos modelos de medidas testados, o Modelo II revelou ser a melhor escolha para a escala em adolescentes da população comunitária.

As propriedades dos itens que constituem cada fator do instrumento são apresentadas na Tabela 2. São reportados, também, os valores da média e desvio-padrão dos itens e, ainda, os *loadings* de cada item constituinte do Modelo II modificado da Escala das Dificuldades de Regulação Emocional.

Ainda no que concerne às propriedades psicométricas, a amostra masculina obteve as seguintes consistências internas nas dimensões da EDRE-VA: consciência ($\alpha = .71$), estratégias ($\alpha = .79$), clareza ($\alpha = .80$), impulsos ($\alpha = .81$), objetivos ($\alpha = .82$) e não aceitação ($\alpha = .82$). Apresentando ainda uma consistência interna elevada ($\alpha = .90$) para o fator total.

Relativamente à amostra feminina foram obtidos os seguintes valores nas dimensões da EDRE-VA: consciência ($\alpha = .73$), estratégias ($\alpha = .80$), clareza ($\alpha = .82$), impulsos ($\alpha = .83$), objetivos ($\alpha = .83$) e não aceitação ($\alpha = .88$). A amostra feminina apresenta um alfa de .92 para o fator total.

Os coeficientes de *Cronbach* observados para os seis fatores variam entre .71 (*Consciência*) e .85 (*Não Aceitação*). O fator total da EDRE-VA apresenta uma consistência interna elevada ($\alpha=.90$). Relativamente aos valores de correlação entre o item e o fator total, os itens apresentam correlações de moderadas a elevadas. Todos os itens da escala apresentam *loadings* significativos ($p = .000$) com valores iguais ou superiores ao valor de referência (0.5) (Hair, Black, Babin, & Anderson, 2009).

Relativamente aos valores de correlação entre o item e o fator total, os itens apresentam correlações de moderadas a elevadas. Todos os itens da escala apresentam *loadings* significativos ($p = .000$) com valores iguais ou superiores ao valor de referência (0.5) (Hair, Black, Babin, & Anderson, 2009).

Tabela 2

Consistências internas dos fatores e características psicométricas da Escala de Dificuldades de Regulação Emocional (EDRE-VA)

	M	DP	r	λ
F1 Não Aceitação ($\alpha = .85$)	2.15	0.93		
11. Quando estou chateado/a, fico zangado/a comigo mesmo/a por me sentir assim.	2.58	1.38	.798**	.752
12. Quando estou chateado/a, fico atrapalhado/a por me sentir assim.	2.31	1.18	.675**	.712
21. Quando estou chateado/a, sinto vergonha de mim mesmo/a por me sentir assim.	1.84	1.16	.685**	.0664
25. Quando estou chateado/a, sinto-me culpado/a por me sentir assim.	2.06	1.16	.766**	.750
29. Quando estou chateado/a, fico irritado/a comigo mesmo/a por me sentir assim.	2.10	1.24	.819**	.815
30. Quando estou chateado/a, começo a sentir-me muito mal comigo próprio/a.	2.02	1.25	.800**	.910
F2 Estratégias ($\alpha = .80$)	2.10	0.86		
15. Quando estou chateado/a, tenho tendência a pensar que vou ficar assim por muito tempo.	2.26	1.33	.751**	.723
16. Quando estou chateado/a, acredito que vou acabar por ficar muito deprimido/a.	2.02	1.91	.757**	.798
22. Quando estou chateado/a, sei que vou acabar por descobrir uma maneira de me sentir melhor.	2.49	1.21	.668**	.542
23. Quando estou chateado/a, sinto-me um/a fraco/a.	2.00	1.25	.602**	.716
28. Quando estou chateado/a, acredito que não há nada que eu possa fazer para me sentir melhor.	1.93	1.09	.747**	.746
31. Quando estou chateado/a, acredito que a única coisa que eu posso fazer é afundar-me nesse estado.	1.90	1.22	.713**	.733
F3 Consciência ($\alpha = .71$)	2.39	0.76		
2. Presto atenção àquilo que estou a sentir.	2.24	1.02	.690**	.897
6. Sou uma pessoa atenta aos meus sentimentos.	2.50	1.14	.734**	.530
8. Dou importância àquilo que sinto.	2.17	1.12	.715**	.689
10. Quando estou chateado/a, apercebo-me das minhas emoções.	2.18	1.15	.581**	.530
17. Quando estou chateado/a, acredito que os meus sentimentos são válidos e importantes.	2.88	1.49	.673**	.530
F4 Impulsos ($\alpha = .82$)	2.35	0.89		
3. Sinto as minhas emoções de modo muito intenso e tenho dificuldade em controlá-las.	2.74	1.33	.610**	.627
14. Quando estou chateado/a, fico fora de controlo.	2.14	1.28	.796**	.789
19. Quando estou chateado/a, sinto que perco o controlo sobre mim próprio/a.	2.21	1.26	.812**	.871
24. Quando estou chateado/a, sinto que continuo a poder controlar os meus comportamentos.	2.72	1.18	.573**	.503
27. Quando estou chateado/a, tenho dificuldades em controlar os meus comportamentos.	2.30	1.17	.827**	.883
32. Quando estou chateado/a, perco o controlo sobre os meus comportamentos.	2.00	1.12	.791**	.869
F5 Objetivos ($\alpha = .83$)	2.98	0.99		
13. Quando estou chateado/a, tenho dificuldade em concluir tarefas ou trabalhos.	3.10	1.35	.801**	.755
18. Quando estou chateado/a, tenho dificuldade em focar a minha atenção outras coisas.	3.21	1.31	.810**	.795
20. Mesmo quando estou chateado/a, continuo a ser capaz de fazer as coisas.	2.90	1.23	.698**	.665
26. Quando estou chateado/a, tenho dificuldade em concentrar-me.	2.94	1.29	.830**	.761
33. Quando estou chateado/a, tenho dificuldade em pensar noutra coisa qualquer.	2.74	1.25	.694**	.732
F6 Clareza ($\alpha = .81$)	2.39	0.85		
1. Sou capaz de perceber as minhas emoções de forma clara.			.743**	.697
4. Tenho muita dificuldade em perceber como me sinto.	2.16	1.10	.770**	.780
5. Tenho dificuldade em entender os meus sentimentos.	2.24	1.14	.833**	.842
7. Sei exatamente aquilo que estou a sentir	2.68	1.15	.732**	.609
9. Sinto-me confuso/a em relação àquilo que sinto.	2.64	1.24	.737**	.723
Total ($\alpha = .91$)	2.38	0.62		

Nota: M= média; DP= desvio padrão; r= correlação item-total corrigida; λ = loadings dos itens.

** $p \leq .001$

Estudo da fidelidade teste-reteste da Escala das Dificuldades de Regulação Emocional

Para investigar a fidelidade teste-reteste da EDRE-VA, foi realizada uma análise das correlações das pontuações das suas dimensões e fator total em momentos distintos de avaliação, sendo que o intervalo de tempo entre estes foi de seis semanas. Através da análise da estabilidade temporal, foram encontradas associações positivas, significativas e moderadas em todas as dimensões da EDRE-VA e fator total, à exceção da dimensão *Não Aceitação* que apresenta uma associação baixa (cf. Tabela 3). Não se obtiveram diferenças significativas entre a média dos resultados obtidos nas dimensões do instrumento, nos diferentes momentos de avaliação ($p > .05$). Estes dados revelam que a EDRE-VA apresenta uma estabilidade temporal aceitável.

Tabela 3

Fidelidade teste-reteste da Escala de Dificuldades de Regulação Emocional

	r	P
Não Aceitação	.337**	.000
Estratégias	.556**	.001
Consciência	.522**	.000
Impulsos	.461**	.000
Objetivos	.483**	.000
Clareza	.493**	.000
Total	.523**	.000

Nota. r= correlação entre momentos distintos de avaliação da dimensão.

** $p \leq .001$.

Estudo da associação da EDRE-VA com outras variáveis pertinentes

No estudo da associação da EDRE-VA com outras variáveis relevantes, foram obtidas associações positivas entre todas as dimensões da EDRE-VA e a dimensão de *supressão emocional* e significativas com as dimensões *estratégias* e *clareza* e foram encontradas associações negativas e significativas com a dimensão da *reavaliação cognitiva* do QRE-CA, à exceção da dimensão *não aceitação* que correlaciona positivamente (cf. Tabela 4).

Relativamente à escala CERQ, a dimensão *auto-culpabilização*, *catastrofização* e *ruminação* correlacionam-se positivamente com as dimensões da EDRE-VA de forma significativa, à exceção da dimensão *consciência* que apresenta uma associação negativa

e significativa com a dimensão *ruminação* da CERQ. A dimensão *culpar os outros* associa-se de forma positiva e significativa com a dimensão *não aceitação* da EDRE-VA. Quanto às estratégias de regulação cognitiva adaptativas *reavaliação positiva* e *reorganização positiva* associam-se negativamente com os fatores da EDRE-VA. No que se refere às subescalas *replaneamento* e *perspetiva*, estas apresentam correlações negativas e significativas com as dimensões da EDRE-VA, à exceção da dimensão *não aceitação* que exibe uma associação positiva e significativa com ambas as dimensões da CERQ. Por fim, a dimensão *aceitação* da CERQ associa-se positivamente com todas os fatores da EDRE-VA e significativamente com as dimensões *não aceitação*, *estratégias*, *consciência* e *clareza* (cf. Tabela 4).

Foram, ainda, encontradas associações positivas e significativas entre os fatores *sintomas emocionais*, *problemas de comportamento*, *hiperatividade* e *problemas de relacionamento com os colegas* da escala SDQ com as dimensões da EDRE-VA. Não obstante, a subescala *comportamento pró-social* obteve associação negativa e significativa com a dimensão *consciência* da EDRE-VA (cf. Tabela 5).

Quanto às variáveis da Kidscreen-10, foram encontradas associações negativas e significativas com todas as dimensões da EDRE-VA, à exceção da subescala *não aceitação* que apresenta uma associação não significativa (cf. Tabela 5).

Todas as associações realizadas entre as dimensões da EDRE-VA e as variáveis relevantes variam entre correlações baixas a moderadas.

As correlações efetuadas para o estudo das associações da EDRE-VA com outras variáveis pertinentes são apresentadas na Tabela 4 e na Tabela 5.

Tabela 4

Estudo da associação da EDRE-VA com a QRE-CA e a CERQ

	QRE-CA						CERQ				
	S. E.	R. C.	A. C.	RU.	C.	C. O.	REPL.	REAV. P.	REP.	A.	REOR. P.
EDRE-VA											
F1	.080	.006	.377**	.279**	.374**	.179**	.115*	.055	.103*	.178**	.050
F2	.095*	-.295**	.552**	.434**	.467**	.056	-.353**	-.380**	-.109**	.168**	-.390**
F3	.079	-.226**	.060	-.141**	.068	-.045	-.313**	-.312**	-.111*	.106*	-.297**
F4	.033	-.211**	.445**	.337**	.317**	.075	-.182**	-.186**	-.047	.029	-.186**
F5	.004	-.162**	.418**	.401**	.328**	-.058	-.181**	-.227**	-.120*	.053	-.208**
F6	.135**	-.279**	.343**	.382**	.357**	-.055	-.244**	-.240**	-.044	.129**	-.299**
Total	.105*	-.274**	.553**	.418**	.470**	.043	-.257**	-.287**	-.079**	.160**	-.303**

Nota: EDRE-VA= Escala de Dificuldades da Regulação Emocional versão Adolescentes; QRE-CA= Questionário da Regulação Emocional - Crianças e Adolescentes; S. E.= Supressão Emocional; R. C.= Reavaliação Cognitiva; CERQ= Cognitive Emotion Regulation Questionnaire; A. C.= Auto-culpabilização; A.= Aceitação; RU.= Ruminação; REOR. P.= Reorganização Positiva; REPL.= Replaneamento; REAV. P.= Reavaliação Positiva; REP.= Perspetiva; C.= Catastrofização; C. O.= Culpar os outros; F1= Não Aceitação; F2= Estratégias; F3= Consciência; F4= Impulsos; F5= Objetivos; F6= Clareza

** p < .001.

* p < .05.

Tabela 5

Estudo da associação da EDRE-VA com a SDQ e KIDSCREEN-10

	SDQ					KIDSCREEN-10
	S. E.	P. C.	H.	P. R. C.	C. PR.	Total
EDRE-VA						
F1	.352**	.153**	.186**	.090	.073	-.076
F2	.531**	.259**	.409**	.266**	-.043	-.322**
F3	.090	.028	.166**	.196**	-.160**	-.197**
F4	.359**	.394**	.398**	.136**	-.066	-.200**
F5	.458**	.207**	.464**	.024	.087	-.297**
F6	.497**	.246**	.308**	.165**	.018	-.282**
Total	.552**	.318**	.467**	.197**	-.020	-.329**

Nota: EDRE-VA= Escala de Dificuldades da Regulação Emocional versão Adolescentes; SDQ= Questionário de Capacidades e Dificuldades; S.E.= Sintomas Emocionais; P. C.= Problemas de Comportamento; H.= Hiperatividade; P. R. C.= Problemas de Relacionamento com Colegas; C. PR.= Comportamento Pró-social; KIDSCREEN-10= Escala de Qualidade de Vida em Crianças e Adolescente; F1= Não Aceitação; F2= Estratégias; F3= Consciência; F4= Impulsos; F5= Objetivos; F6= Clareza

** p < .001.

* p < .05.

Estudo das diferenças entre géneros na Escala das Dificuldades de Regulação Emocional

Considerando que as comparações não puderam ser realizadas, não foi possível obter o primeiro grau de invariância (configuracional), no entanto, dada a natureza exploratória do estudo e considerando que a literatura aponta a existência de diferenças entre os grupos, esta questão foi estudada tendo em conta a noção das suas limitações.

Foram encontradas diferenças significativas entre géneros nas dimensões *Não Aceitação*, *Estratégias*, *Impulsos*, *Objetivos* e *Clareza*, não tendo sido encontradas diferenças na dimensão *Consciência*. Sendo que o sexo feminino aparenta possuir maiores dificuldades de regulação emocional do que o sexo masculino em todas as dimensões. desta forma, o sexo feminino parece apresentar uma maior desregulação emocional.

Tabela 6

Diferenças de género da EDRE-VA

	Rapazes		Raparigas		Z	p
	M	DP	M	DP		
Não Aceitação	2,03	.859	2,28	.995	-3,06	.002
Estratégias	1,92	.779	2,27	.908	-4,87	.000
Consciência	2,37	.774	2,41	.756	-,181	.856
Impulsos	2,18	.858	2,52	.902	-4,667	.000
Objetivos	2,77	.965	3,18	.988	-4,982	.000
Clareza	2,23	.837	2,55	.849	-4,727	.000
Total	2,23	.575	2,52	.632	-5,32	.000

Nota: M= média; DP= desvio padrão; p= nível de significância

6. Discussão

A Escala de Dificuldades de Regulação Emocional versão adolescentes (EDRE-VA) foi desenvolvida para avaliar diversas dimensões que possibilitam compreender a desregulação das emoções, nomeadamente os défices em áreas como a consciência, a compreensão e a aceitação das emoções; a capacidade de controlar comportamentos impulsivos em circunstâncias de emoção negativa, bem como agir tendo em conta os objetivos desejados e aptidão para utilizar a regulação emocional de forma adequada e eficaz conforme a implementação de estratégias que modulem as respostas emocionais (Gratz & Roemer, 2004). Este construto parece desempenhar um papel pertinente para a compreensão das dificuldades da regulação emocional e do processo de regulação, assim como para o desenvolvimento de um posterior ajustamento psicológico. Um dos maiores obstáculos para a investigação das dificuldades na regulação emocional é a ausência de medidas válidas adequadas para a população adolescente (Gullone & Taffe, 2012).

A adolescência é um período suscetível a riscos e oportunidades no que diz respeito ao desenvolvimento da regulação emocional, o que faz desta uma etapa fundamental para explorar as emoções, os processos, as variáveis associadas à regulação emocional e as suas dificuldades (Gilbert, 2012; Gross & Thompson, 2007).

O presente estudo teve como principal objetivo a validação da Escala de Dificuldades de Regulação Emocional para adolescentes, numa amostra comunitária e alargada. Propôs-se, assim, investigar as propriedades psicométricas da EDRE-VA (estrutura fatorial, invariância do modelo de medida por género, consistência interna, estabilidade teste-reteste e validade de constructo em relação a variáveis externas) na população adolescente portuguesa. Ainda não existem estudos que avaliem as propriedades psicométricas deste instrumento em amostras nacionais nesta população específica, nem a sua relação com as variáveis de interesse.

Foi realizada uma Análise Fatorial Confirmatória para testar o modelo conceptual da EDRE-VA que abrange seis dimensões (*não aceitação, estratégias, consciência, impulsos, objetivos e clareza*) e um fator total (Gratz & Roemer, 2004). Os fracos índices de ajustamento do modelo de medida original para a presente amostra conduziram à realização de algumas modificações no modelo com o propósito de obter um melhoramento dos indicadores de ajustamento e um ajuste do modelo. As alterações realizadas consistiram na retirada dos itens 34, 35 e 36 do instrumento. E ainda foram realizadas correlações entre as dimensões clareza e consciência, as dimensões objetivos e impulsos e uma correlação entre o item 7 e o item 1 (ambos pertencentes à dimensão Clareza).

Analisando as correlações realizadas propostas pelo programa para um melhor ajuste do modelo, as dimensões consciência e clareza possuem itens para refletir dificuldades, o que sugere que pode haver uma diferença entre estar ciente das respostas emocionais e ter uma compreensão clara da natureza dessas respostas. Do mesmo modo, as dimensões objetivos e impulsos sugerem que pode haver uma diferença entre ser capaz de inibir comportamentos indesejáveis e envolver-se no comportamento desejado (Gratz & Roemer, 2004). O controlo de impulsos envolve a ativação, diferenciação e expressão emocional, enquanto que os objetivos podem ser encarados como promotores da regulação emocional. É possível compreender as dificuldades em aceder aos objetivos a partir da perceção subjetiva do indivíduo de que não é capaz de desenvolver mecanismos

de *coping* eficazes. Na investigação de Veloso et al. (2011), as dimensões clareza e consciência apresentaram índices inferiores aos da escala original, sendo que a consistência interna de ambos os fatores foi classificada como aceitável. A consistência interna destas dimensões parece estar comprometida pelo facto de existir alguma sobreposição entre estas dimensões, a qual parece não estar dissociada das dificuldades ao nível da tradução dos itens.

Deste modo, o modelo modificado da amostra total apresentou indicadores aceitáveis para a população comunitária de adolescentes, revelando assim uma estrutura dimensional semelhante à encontrada na escala original em adultos.

Realizou-se ainda uma análise fatorial confirmatória para o sexo masculino e o sexo feminino, separadamente, de forma a explorar a invariância por género. A AFC do sexo masculino revelou índices de ajustamento fracos em relação ao modelo modificado da amostra total. Deste modo, foram realizadas algumas modificações propostas pelo modelo para a obtenção de um melhor ajustamento do modelo de medida, como correlações entre os seguintes pares de erros: dimensão clareza com consciência, dimensão impulsos com objetivos, item 19 com item 3 (ambos pertencem à dimensão impulsos) e item 22 (dimensão estratégias) com item 24 (dimensão impulsos). Testou-se novamente a AFC da amostra masculina e obtiveram-se indicadores de ajustamento aceitáveis. Ao testar a AFC para o sexo feminino, esta revelou indicadores no modelo de medida muito baixos, não sendo possível um ajustamento adequado do modelo modificado da amostra total, mesmo colocando-se a hipótese de se testar as correções e modificações propostas pelo programa (Mplus v.8.1). Deste modo, não foi possível o ajustamento do modelo de medida para o sexo feminino. Este resultado pode refletir as diferenças na interpretação dos itens por parte dos adolescentes, assim como diferenças reais nas dificuldades de regulação emocional quanto ao género (Neumann et al., 2009). Assim, pode-se concluir que, no que concerne à população adolescente portuguesa, os itens que constituem a Escala de Dificuldades e Regulação Emocional Versão Adolescentes não representam este constructo de forma semelhante em ambos os géneros.

Quanto aos índices de consistência interna do instrumento, o fator total e as seis dimensões revelam ser capazes de avaliar o constructo que se pretende avaliar nesta população. Apresentando, deste modo, uma consistência interna total idêntica à da escala original. No entanto, a dimensão com consistência interna menos robusta foi a

consciência, apesar de ser razoável. No que diz respeito à diferença de género, tanto o sexo masculino como feminino, apresentaram valores excelentes no fator total e bons quanto às dimensões. É ainda essencial evidenciar que a dimensão com valores menos bons em ambos os géneros, foi a consciência. Ao nível da estabilidade temporal, a EDRE-VA apresenta uma fidelidade aceitável.

Considerando que as comparações entre grupos não puderam ser realizadas, não foi possível obter o primeiro grau de invariância, no entanto, dada a natureza exploratória do estudo e considerando que a literatura aponta a existência de diferenças entre os grupos, esta questão foi estudada tendo em conta a noção das suas limitações. No que diz respeito às diferenças de género quanto ao recurso a diferentes estratégias de regulação emocional, foram encontradas diferenças na maioria das dimensões da EDRE-VA, à exceção da dimensão consciência. Como hipótese explicativa para este resultado, pode-se referir à possibilidade desta dimensão ser constituída somente por itens invertidos, perdendo-se a clareza da leitura dos mesmos por parte dos jovens, sendo que a leitura dos itens pode comportar-se de modo inesperado, o que poderá explicar os resultados obtidos neste estudo. O que dificulta a sua compreensão e resposta por parte da população adolescente (Velooso et al., 2011). Ainda com base na literatura, esta dimensão é a única que demonstrou possuir qualidades psicométricas menos robustas (Coutinho et al, 2010). No presente estudo, a dimensão consciência também apresentou qualidades psicométricas menos consistentes tanto para a amostra total, como para ambos os géneros. Ainda em relação às diferenças de género, é perceptível que o sexo feminino aparenta possuir em média um maior recurso das dimensões da EDRE-VA em comparação com o sexo masculino, evidenciando desta forma maiores dificuldades na regulação das suas emoções. O género feminino pontuou significativamente mais alto nas dimensões estratégias, clareza e objetivos comparativamente ao género masculino (Weinberg e Klonsky, 2009). O sexo feminino parece ter menor competência na identificação de estratégias de regulação emocional adequadas e eficazes, maior incapacidade de se envolver em comportamentos direcionados por objetivos quando experiencia emoções negativas; e níveis de não aceitação emocional e de ausência de clareza emocional superiores em relação aos registados no género masculino (Neumann et al., 2009), o que revela uma maior dificuldade no reconhecimento das suas emoções (Velooso et al., 2011).

Ainda no que concerne à diferença entre género deve ter-se cuidado no modo de interpretação dos itens e dimensões da EDRE-VA realizado pelos adolescentes, uma vez que o modelo de medida não se comprovou invariante por género. Estes resultados podem dever-se aos diferentes padrões de resposta utilizados pelo sexo masculino e pelo sexo feminino ou pela leitura que a população adolescente realiza dos itens do instrumento.

Os resultados obtidos na análise da validade de constructo vão maioritariamente de encontro ao esperado e de acordo com a literatura. Neste âmbito, os adolescentes revelam um maior recurso à estratégia de supressão emocional, o que indica um maior nível de desregulação emocional ao nível da compreensão das suas emoções e na capacidade para utilizar as estratégias adequadas no processo de regulação. Uma hipótese explicativa para este resultado pode dever-se ao facto de esta estratégia envolver também a desativação das emoções de um modo que interfere com a capacidade de atenção das emoções, conduzindo a uma menor consciência, compreensão emocional e consequentemente ausência de esforços para lidar com as emoções, ruminando acerca dos acontecimentos que provocam mal-estar (Gross & John, 2003).

Conforme esperado, foram encontradas associações positivas entre a EDRE-VA e as estratégias de regulação emocional desadaptativas auto-culpabilização, catastrofização e ruminação; o que indica que quanto maior é o uso destas estratégias, maiores são as dificuldades sentidas na regulação emocional. Porém na dimensão ruminação, ao contrário do que seria esperado, foi encontrada uma associação negativa com a estratégia consciência, o que indica que quanto maior o uso da estratégia ruminação por parte dos adolescentes, maior é a consciência das suas emoções. Em relação às estratégias de regulação emocional consideradas adaptativas foram encontradas associações positivas entre a estratégia replaneamento e perspetiva com a estratégia não aceitação, ao contrário do que seria esperado. O que revela que os adolescentes possuem uma maior aceitação das suas emoções negativas no uso destas estratégias. Por fim, a estratégia adaptativa aceitação associa-se de forma positiva aos fatores de não aceitação, de estratégias, de consciência e de clareza. Estes resultados revelam que os jovens deste estudo, no uso desta estratégia apresentam uma maior aceitação, compreensão e consciência das suas emoções, assim como maior é o recurso a estratégias adequadas para regularem as suas emoções. Uma possível hipótese explicativa destes resultados deve-se às dimensões consideradas estratégias adaptativas de regulação emocional (aceitação,

reorganização positiva, replaneamento, reavaliação positiva e reperspectivar) parecerem funcionar como fatores protetores do indivíduo, enquanto que as dimensões desadaptativas de regulação das emoções (ruminação, catastrofização, culpar os outros e auto-culpabilização) parecem funcionar como fatores de risco na adolescência (Garnefski & Kraaij, 2006; Garnefski, Rieffe, Jellesma, Terwogt, & Kraaij, 2007; Werner & Gross, 2010). Sendo que algumas das estratégias desadaptativas como a ruminação, auto-culpabilização e catastrofização podem ainda assumir um papel mediador entre os acontecimentos de vida e o processo de regulação emocional (Miranda, 2012). Compreende-se, ainda, que quanto maior recurso de estratégias adequadas e adaptativas de regulação emocional face às dificuldades sentidas nesse processo, maior será a aceitação das suas emoções e menores serão os défices. Sendo que não há um padrão consistente em relação à utilização de estratégias adaptativas no processo de regulação emocional.

Na população em estudo, ao contrário do que seria esperado, foram encontradas associações positivas entre a dimensão adaptativa sintomas emocionais com as dimensões da EDRE-VA. Estes resultados indicam que quanto maior o nível de desregulação emocional menor a perceção dos seus sintomas emocionais. Foi ainda encontrada uma associação negativa entre a capacidade de comportamento pró-social e a consciência, o que revela uma maior consciência das suas emoções perante esta capacidade. Quanto às dificuldades do questionário SDQ, os resultados indicam que quanto maior a dificuldade de regulação emocional, mais problemas de comportamento, hiperatividade e com os pares estes indivíduos possuem. Estes resultados indicam que os jovens recorrem com maior frequência a comportamentos sociais não adequados perante as suas dificuldades. É neste período de desenvolvimento que as diversas transformações e exigências podem incitar dificuldades tanto na experiência, como na regulação emocional (Gilbert, 2012; Steinberg, 2005).

Conforme o esperado, foram ainda encontradas associações negativas com a qualidade de vida, o que revela que, quanto maiores as dificuldades no processo de regulação emocional, menor a qualidade de vida dos jovens. Considerando a desregulação emocional como fator fundamental na adolescência, estudos indicam a existência de correlações com a deterioração da qualidade de vida do indivíduo (Muñoz-Martínez, Vargas, & Hoyos-González, 2016). No período da adolescência, os indivíduos podem ter

mais experiências que ativem e aumentem as respostas emocionais (Silk et al., 2003). Experimentam mais afeto negativo, o que confirma ao longo da adolescência um aumento da experiência de emoções negativas e um decréscimo de emoções positivas (Gilbert, 2012).

Assim, conforme o que era expectável, as diferentes dimensões das dificuldades da regulação emocional apresentaram associações estatisticamente significativas e específicas com as variáveis externas, fornecendo suporte para a validade de construto, dentro de uma amostra de adolescentes.

7. Limitações e Direções Futuras de Investigação

Este estudo não se encontra ausente de limitações pelo que a interpretação e generalização dos resultados deve ser realizada com cuidado. Uma das suas limitações caracteriza-se pelo uso de medidas de autorrelato, uma vez que são vulneráveis aos efeitos de desejabilidade social, pelo que podem ter ocorrido enviesamentos. Para além disso, a extensão do conjunto de instrumentos utilizados pode ter influenciado os resultados, não sendo possível controlar variáveis externas. A aplicação dos instrumentos constitui, igualmente uma limitação, pelo facto de terem sido aplicados cinco instrumentos em simultâneo, o que na maioria dos casos atingiu um tempo de preenchimento de em média 45 minutos. Outra limitação deve-se aos resultados de fidelidade teste-reteste terem por base uma amostra pequena (N=100), o que requer uma replicação com uma amostra maior.

A validação desta escala é ainda fundamental para proporcionar o estudo da mesma como investigação futura sobre o tema. Assim como para a prática clínica na compreensão de estratégias de regulação emocional, adaptação aos objetivos à intervenção e no desenvolvimento de novos protocolos terapêuticos, com base numa maior perceção da desregulação emocional, para diferentes tipos de sintomatologia. Este instrumento, também, poderá ser utilizado como uma ferramenta de diagnóstico do nível de regulação emocional na prática clínica. Ao distinguir o tipo de competência regulatória em que o sujeito possui maior dificuldade, o instrumento poderá auxiliar o terapeuta a

encaminhar o trabalho psicoterapêutico de forma a que este se foque nas dimensões em que o indivíduo obteve uma pontuação mais elevada.

Para prática futura, o desenvolvimento de programas de intervenção que promovam o desenvolvimento adequado da regulação emocional, que devem ser implementados precocemente e incluir oportunidades para o jovem promover o seu conhecimento emocional.

Considerando os dados psicométricos da EDRE-VA, sugere-se, ainda, uma versão mais reduzida da escala para a população mais jovem, assim como a aplicação do instrumento a uma amostra mais alargada, diversificada e representativa da população e a amostras representativas de grupos clínicos, de modo a conhecer como se comporta em cada um destes domínios. Incluindo nessa versão o uso de instrumentos que avaliem a desajustabilidade social para colmatar as lacunas mencionadas anteriormente nesse sentido.

8. Conclusão

A aferição portuguesa da Escala das Dificuldades na Regulação Emocional versão adolescentes é pertinente para colmatar a lacuna de investigação e carência de estudos, que se revelam insuficientes, para responder e avaliar a regulação das emoções nesta faixa etária. Este instrumento procura medir as dificuldades na regulação das emoções através de uma variabilidade de dimensões, o que possibilita adquirir uma compreensão mais detalhada e específica do género de dificuldades apresentadas; contrariamente às escalas existentes que mantêm o foco em determinadas estratégias de regulação emocional, sendo estas bastante abrangentes. Os instrumentos de regulação emocional validados para esta população específica não medem as dificuldades, salientando deste modo a importância da compreensão das dificuldades na regulação das emoções.

A Escala de Dificuldades de Regulação Emocional foi estudada pela primeira vez em adolescentes portugueses, revelando-se um instrumento capaz de avaliar este constructo, nesta população comunitária. Contudo revela ser um instrumento menos robusto, uma vez o modelo de medida não comprovou ser invariante por género, o que pode dever-se aos diferentes padrões de resposta utilizados por ambos os géneros ou pela leitura que fazem do instrumento e das suas dimensões.

O recurso a esta medida apresenta relevo para a comunidade científica e para a prática clínica, uma vez que fornece informação sobre o modo como os adolescentes regulam as suas emoções e lidam com as dificuldades na sua regulação. As propriedades psicométricas da Escala de Dificuldades de Regulação Emocional para adolescentes na população portuguesa possibilitam a sua utilização nesta população.

O recurso a esta escala permite uma melhor compreensão da regulação emocional e das dificuldades presentes nesse processo, assim como uma melhor abordagem no que concerne à sua aplicação terapêutica e à construção de futuros objetivos e intervenções psicoterapêuticas.

O presente estudo contribuiu para disponibilizar um instrumento de avaliação para adolescentes que, tendo em conta os resultados obtidos, sugere ser uma ferramenta útil e fidedigna para a clínica e investigação sobre as dificuldades de regulação emocional.

O estudo da EDRE-VA revela-se assim fundamental para uma melhor compreensão e intervenção do processo de regulação emocional na adolescência.

Bibliografia

- Abbott, B. V. (2005). *Emotion dysregulation and re-regulation: Predictors of relationship intimacy and distress*. Dissertação submetida ao Gabinete de Estudos Graduados da Universidade do Texas A&M.
- Arruda, M. J. F. C. (2014). *O ABC das Emoções Básicas: Implementação e avaliação de duas sessões de um programa para a promoção de competências emocionais. Um enfoque comunitário*. Tese de mestrado em Psicologia da Educação da Universidade dos Açores.
- Barrett, L. F., Gross, J., Christensen, T. C., & Benvenuto, M. (2010). Knowing what you're feeling and knowing what to do about it: Mapping the relation between emotion differentiation and emotion regulation. *Cognition and Emotion*, 15, 713-724. doi: 10.1080/02699930143000239
- Bravo, Â. M. S. D. (2012). *Regulação Emocional em Crianças com Comportamentos Escolares Disruptivos*. Tese de mestrado em Psicologia da Educação da Universidade Católica Portuguesa de Braga.
- Bridges, L. J., Denham, S. A., & Ganiban, J. M. (2004). Definitional issues in emotion regulation research. *Child Development*, 75 (2), 340-345. doi: 10.1111/j.1467-8624.2004.00675.x

- Burwell, R., & Shirk, S. (2007). Subtypes of rumination in adolescence: Associations between brooding, reflection, depressive symptoms, and coping. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 36, 56–65. doi:10.1207/s15374424jccp3601_6.
- Cabral, L. M. (2012). *Regulação e Reconhecimento de Emoções e Estratégias de Coping: Num estudo comparativo entre adolescentes acolhidos e não acolhidos*. Lisboa: Instituto Universitário de Lisboa.
- Calkins, S. D., & Hill, A. (2007). Caregiver influences on emerging emotion regulation: Biological and environmental transactions in early development. In J.J. Gross (Eds.), *Handbook of emotion regulation* (pp. 229-248). New York: The Guildford Press.
- Campbell-Sills, L., & Barlow, D. H. (2007). Incorporating Emotion Regulation into Conceptualizations and Treatments of Anxiety and Mood Disorders. Em J. J. Gross, *Handbook of Emotion Regulation* (pp. 542-559). New York: The Guildford Press.
- Chen, F. F. (2007). Sensitivity of goodness of fit indexes to lack of measurement invariance. *Structural Equation Modeling*, 14, 464–504. doi:10.1080/10705510701301834.
- Clark, L. & Watson, D. (1995). Constructing validity: Basic issues in objective scale development. *Psychological Assessment*, 7, 3, 309-319. doi: 10.1037/1040-3590.7.3.309
- Cole, P. M., & Hollenstein, T. (2018). *Emotion Regulation: a Matter of Time*. New York: Routledge.
- Cole, P. M., Michel, M. K., & O'Donnell-Teti, L. (1994). The development of emotion regulation and dysregulation: a clinical perspective. In N. A. Fox (Ed.), *The development of emotion regulation: biological and behavioral considerations. Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59, (73–100, Serial No. 240), 250–283.
- Coutinho, J., Ribeiro, E., Ferreirinha, R., & Dias, P. (2010). The Portuguese version of the Difficulties in Emotion Regulation Scale and its relationship with psychopathological symptoms. *Revista de Psiquiatria Clínica*, 37(4), 152-158. doi: 10.1590/S0101-60832010000400001
- Dimitrov, D. M. (2010). Testing for Factorial Invariance in the Context of Construct Validation. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 121-149.
- Dodge, K.A., & Garber, J. (1991). Domains of emotion regulation. In J. Garber & K.A. Dodge (Eds.), *The development of affect regulation and dysregulation* (pp. 3-11). New York: Cambridge Press.
- Else-Quest, N. M., Hyde, J. S., Goldsmith, H. H., & Van Hulle, C. A. (2006). Gender differences in temperament: A meta-analysis. doi: 10.1037/0033-2909.132.1.33

- Ferreira, C. S. A. (2015). *O Desenvolvimento da Regulação das Emoções: estudo das variáveis intraindividuais*. Tese de mestrado em Temas de Psicologia do Desenvolvimento da Universidade de Coimbra
- Fleitlich, B., Loureiro, M. J., Fonseca, A., & Gaspar, M. F. (2005). Questionário de Capacidades e de Dificuldades (SDQ-Por) [Strengths and Difficulties Questionnaire—Portuguese version].
- Freire, T., & Tavares, D. (2011). Influência da Autoestima, da Regulação Emocional e do Género no Bem-estar Subjetivo e Psicológico de Adolescentes. *Revista de Psiquiatria Clínica*, 184-188. doi: 10.1590/S0101-60832011000500003
- Garnefski, N., & Kraaij, V. (2006). Relationships between cognitive emotion regulation strategies and depression symptoms: A comparative of five specific samples. *Personality and Individual Differences*, 40, 401-408. doi:10.1016/j.paid.2005.12.009
- Garnefski, N., Kraaij, V. & Spinhoven, P. (2001). Negative life events, cognitive emotion regulation and depression. *Personality and Individual Differences*, 30, 1311-1327. doi: 10.1016/S0191-8869(00)00113-6
- Garnefski, N., Rieffe, C., Jellesma, F., Terwogt, M. M., & Kraaij, V. (2007). Cognitive Emotion Regulation Strategies and Emotional Problems in 9-11 year old Children: The Development of an Instrument. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 16, 1-9. doi: 10.1007/s00787-006-0562-3
- Gaspar, T., Matos, M. G., Ribeiro, J. L., & Leal, I. (2006). Qualidade de Vida e Bem-estar em Crianças e Adolescentes. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, 2(2), 1-7.
- Gilbert, K. (2012). The neglected role of positive emotion in adolescent psychopathology. *Clinical Psychology Review*, 32(6), 467-481. doi: 10.1016/j.cpr-2012.05.005
- Goodman, R. (1997). The Strengths and Difficulties Questionnaire: A Research Note. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 38(5), 581-586. doi: 10.1111/j.1469-7610.1997.tb01545.x
- Goodman, R. (2001). Psychometric Properties of the Strengths and Difficulties Questionnaire. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 40(11), 1337-1345. doi: 10.1097/00004583-200111000-00015
- Gratz, K. L., & Roemer, L. (2004). Multidimensional Assessment of Emotion Regulation and Dysregulation: Development, Factor Structure, and Initial Validation of the Difficulties in Emotion Regulation Scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 26(1), 41-54. doi: 10.1023/B:JOBA.0000007455.08539.94
- Gross, J. J. (1998). The Emerging Field of Emotion Regulation: An Integrative Review. *Review of General Psychology*, 2(3), 271-299. doi: 10.1037/1089-2680.2.3.271

- Gross, J. J. (1999). Emotion Regulation: past, present and future. *Cognition & Emotion*, 551-573. doi: 10.1080/026999399379186
- Gross, J. J. (2002). Emotion regulation: Affective, cognitive and social consequences. *Psychophysiology*, 39, 281-291. doi: 10.1017/S0048577201393198
- Gross, J. J. (2008). Emotion regulation. In M. Lewis, J. M. Haviland-Jones, & L. F. Barrett (Eds.), *Handbook of emotions* (pp. 497-512). New York: The Guilford Press.
- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85 (2), 348-362. doi: 10.1037/0022-3514.85.2.348
- Gross, J. J., & Levenson, R. W. (1997). Hiding feelings: The acute effects of inhibiting positive and negative emotions. *Journal of Abnormal Psychology*, 106, 95-103. doi: 10.1037/0021-843X.106.1.95
- Gross, J. J., & Thompson, R. A. (2007). Emotion Regulation. Conceptual Foundations. In J. J. Gross, *Handbook of emotion regulation* (pp. 3-24). New York: The Guilford Press.
- Gross, J. J., & Muñoz, R. F. (1995). Emotion regulation and mental health. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 2, 151-164.
- Gullone, E., & Taffe, J. (2012). The Emotion Regulation Questionnaire for Children and Adolescents (ERQ-CA): A Psychometric Evaluation. *Psychological Assessment*, 24(2), 409-417. doi: 10.1037/a0025777
- Hair, F., Black, C., Babin, J., & Anderson, E. (2009). *Multivariate data analysis* (7th ed.). Upper Saddle River, NJ: Prentice Hall
- Herr, N. R., Rosenthal, M. Z., Geiger, P. J., & Erikson, K. (2013). Difficulties with emotion regulation mediate the relationship between borderline personality disorder symptom severity and interpersonal problems. *Personality and Mental Health*, 7(3), 191-202. doi: 10.1002/pmh.1204
- Hu, L. & Bentler, P. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling: A multidisciplinary Journal*, 6(1), 1-55. doi: 10.1080/10705519909540118.
- IBM Corp. Released 2013. IBM SPSS Statistics for Windows, Version 22.0. Armonk, NY: IBM Corp.
- Instituto Nacional de Estatística (2010). Classificação Portuguesa das Profissões.
- Jaffe, M., Gullone, E., & Hughes, E. K. (2010). The roles of temperamental dispositions and perceived parenting behaviours in the use of two emotion regulation strategies in late childhood. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 31(1), 47-59. doi: 10.1016/j.appdev.2009.07.008

- John, O. P., & Gross, J.J. (2004). Healthy and unhealthy emotion regulation: Personality processes, individual differences, and life span development. *Journal of Personality*, 72 (6), 1301-1333. doi: 10.1111/j.1467-6494.2004.00298.x
- Kim, J., & Cicchetti, D. (2010). Longitudinal Pathways linking Child Maltreatment, Emotion Regulation, Peer Relations, and Psychopathology. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 51(6) 706-716. doi: 10.1111/j.1469-7610.2009.02202.x
- Kline, R. B. (2016). *Principles and Practice of Structural Equation Modeling* (3rd ed.). New York: The Guilford Press.
- Linehan, M. M. (1993). *Cognitive-Behavioral Treatment of Borderline Personality Disorders*. New York: The Guilford Press.
- Linehan, M. M., Bohus, M., & Lynch, T. R. (2007). Dialectical Behavior Therapy for Pervasive Emotion Dysregulation: Theoretical and practical underpinnings. Em J. J. Gross, *Handbook of Emotion Regulation* (pp. 581-605). New York: The Guilford Press.
- Matos, M. G., Gaspar, T., Simões, C. (2012). Health-related quality of life in Portuguese children and adolescents. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 25, 230-237. doi:10.1590/S0102-79722012000200004
- McMain, S., Korman, L. M., & Dimeff, L. (2001). Dialectical Behavior Therapy and the Treatment of Emotion Dysregulation. *Journal of Clinical Psychology*, 57(2) 183-196. doi:10.1002/1097-4679(200102)57:2<183::AID-JCLP5>3.0.CO;2-Y
- Medrano, L. A., & Trógolo, M. (2016). Construct Validity of the Difficulties in Emotion Regulation Scale: Further Evidence Using Confirmatory Factor Analytic Approach. *Abnormal and Behavioural Psychology*, 1-7. doi: 10.4172/2472-0496.1000117
- Mennin, G. S., Holaway, R. M., Fresco, D. M., Moore, M. T., & Heimberg, R. G. (2007). Delineating Components of Emotion and its Dysregulation in Anxiety and Mood Psychopathology. *Science Direct*, 38(3) 284-302. doi: 10.1016/j.beth.2006.09.001
- Miguel, R., Sousa, R., Brazão, N., Rijo, D., Castilho, P., & Gilbert, P. (2018). *Dimensionality and measurement invariance of the Social Safeness and Pleasure Scale in adolescent samples*. Artigo submetido para publicação.
- Miranda, R. G. M. (2012). O Papel da Regulação Emocional e dos Acontecimentos de Vida no Desenvolvimento da Perturbação Depressiva Major na Adolescência: Estudo Longitudinal. Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde da Universidade de Coimbra
- Morris, A. S., Silk, J. S., Steinberg, L., Myers, S. S., & Robinson, L. R. (2007). The role of the family context in the development of emotion regulation. *Social Development*, 16, 361-388. doi:10.1111/j.1467-9507.2007.00389.x

- Muñoz-Martínez, A. M., Vargas, R. M., & Hoyos-González, J. S. (2016). Escala de Dificuldades en Regulación Emocional (DERS): Análisis Factorial en una Muestra Colombiana. *Acta Colombiana de Psicología, 19*(1) 237-248. doi: 10.14718/ACP.2016.19.1.10
- Muthén, L. K., & Muthén, B. O. (1998-2017). Mplus User's Guide. Eighth Edition. Los Angeles, CA: Muthén & Muthén
- Muthén, L. K., & Muthén, B. O. (2007). Mplus User's Guide. Eighth Edition. Los Angeles, CA: Muthén & Muthén
- Neumann, A., Van Lier, P. A. C., Gratz, K. L., & Koot, H. M. (2009). Multidimensional assessment of emotion regulation difficulties in adolescents using the difficulties in emotion regulation scale. *Assessment, 17* (1), 138-149. doi: 10.1177/1073191109349579
- Nunes, A. M. (2013). *Regulação Emocional, Experiência, Expressão e Controlo da Raiva em Adolescentes*. Lisboa: Instituto Universitário de Ciências Psicológicas, Sociais e da Vida.
- Nunnally, J.C. (1978). *Psychometric Theory*. New York: McGraw-Hill.
- Pestana, H. & Gageiro, N. (2005). *Análise de dados para ciências sociais: A complementaridade do SPSS* (4th ed.). Lisboa: Edições Sílabo.
- Putnam, K. M., & Silk, K. R. (2005). Emotion Dysregulation and the Development of Borderline Personality Disorder. *Development and Psychopathology, 17*, 899-925. doi: 10.1017/S0954579405050431
- Ravens-Sieberer, U., Erhart, M., Rajmil, L., Herdman, M., Auquier, P., Bruil, J., . . . Kilroe, J. (2010). Reliability, construct and criterion validity of the KIDSCREEN-10 score: a short measure for children and adolescents' well-being and health-related quality of life. *Quality of Life Research, 19*(10) 1487- 1500. doi: 10.1007/s11136-010-9706-5
- Reverendo, I. M. M. S. (2011). *Regulação emocional, Satisfação com a vida & Percepção da aceitação - rejeição parental. Estudo de adaptação e validação da versão portuguesa do emotion Regulation index for children and adolescents (Erica)*. Tese de Mestrado em Psicologia do Desenvolvimento da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra.
- Rijo, D. , Canavarro, M. C., Fonseca, A. F., Pereira, J., Moreira, H., & Vagos, P. (2017). Versão Portuguesa da Escala Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (CERQ) (manuscrito não publicado)
- Scott, L., Stepp, S., & Pilkonis, P. (2014) Prospective Associations Between Features of Borderline Personality Disorder, Emotion Dysregulation, and Aggression. *Personality Disorders: Theory, Research and Treatment, 5*(3), 278-288. doi: 10.1037/per0000070

- Selby, E., Anestis, M. & Joiner, T. (2008). Understanding the relation between emotional and behavioral dysregulation: Emotional cascades. *Behaviour Research and Therapy*, 46, 593–611. doi: 10.1016/j.brat.2008.02.002
- Silk, J. S., Steinberg, L., & Morris, A. S. (2003). Adolescents' emotion regulation in daily life: Links to depressive symptoms and problem behavior. *Child Development*, 74 (6), 1869 – 1880. doi: 10.1046/j.1467-8624.2003.00643.x
- Smith-Israel, S. (2009). Creative Therapy and Adolescents: Emotion Regulation and Recognition in a PsychoEducational Group for 9th Grade Students. *Social Work Student Papers*, 47, 2-46.
- Southam-Gerow, M. A. (2013). *Emotion Regulation in Children and Adolescents: A Practitioner's Guide*. New York: The Guilford Press.
- Sroufe, L.A. (1995). *Emotional development. The organization of emotional life in the early years*. Cambridge University Press.
- Steinberg, L. (2005). Cognitive and affective development in adolescence. *Trends in Cognitive Sciences*, 9(2), 69–74. doi: 10.1016/j.tics.2004.12.005
- Teixeira, A., Silva, E., Tavares, D., & Freire, T. (2015). Portuguese Validation of the Emotion Regulation Questionnaire for Children and Adolescents (ERQ-CA): relations with self-esteem and life satisfaction. *Child Indicators Research*, 605-621. Manuscrito em preparação.
- Thompson, R. A., & Calkins, S. D. (1996). The double-edged sword: Emotional regulation for children at risk. *Development and Psychopathology*, 8(1), 163–182. doi: 10.1017/S0954579400007021
- Thompson, R. A. (1994). Emotion Regulation: A Theme in Search of Definition. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59, 25-52.
- Vaz, F. J. (2009). *Diferenciação e Regulação Emocional na Idade Adulta: Tradução e Validação de Dois Instrumentos de Avaliação para a População Portuguesa*. Dissertação de Mestrado, Instituto de Educação e Psicologia - Universidade do Minho, Braga.
- Veloso, M., Pinto- Gouveia, J., & Dinis, A. (2011). Estudos de Validação com a versão portuguesa da Escala de Dificuldades na Regulação Emocional (EDRE). *Psicologica*(54), 87-110. doi: 10.14195/1647-8606_54_4
- Weinberg, A., & Klonsky, E. D. (2009). Measurement of Emotion Dysregulation in Adolescents. *Psychological Assessment*, 21 (4), 616-621. doi: 10.1037/a0016669
- Werner, K. & Gross, J. J. (2010). Emotion Regulation and Psychopathology: A Conceptual Framework In Kring, A. M & Sloan, D. M. (Eds.) *Emotion Regulation and*

Psychopathology: A Transdiagnostic Approach to Etiology and Treatment. New York: The Guilford Press.

ANEXOS

Anexo A

Escala de Dificuldades na Regulação Emocional – Versão Adolescentes

(EDRE-VA)

Versão original: Gratz, K. & Roemer, L., 2004; Adaptação para adolescentes: Sousa, R., Ribeiro da Silva, D., & Rijo, D. (2018), a partir das versões portuguesas para adultos de Pinto Gouveia, J. & Veloso, M. (2007) e Coutinho, J., Ribeiro, E., Ferreirinha, R., & Dias, P. (2010)

INSTRUÇÕES:

Estamos interessados em perceber como as pessoas lidam com as suas emoções. Lembra-te de que não há respostas certas nem erradas. Lê cuidadosamente cada afirmação e indica com que frequência se aplica a ti, no último mês, utilizando a escala abaixo.

Quase nunca Algumas vezes Metade das vezes A maioria das vezes Quase Sempre
 (0-10%) (11-35%) (36-65%) (66-90%) (90-100%)

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

	1	2	3	4	5
1. Sou capaz de perceber as minhas emoções de forma clara.					
2. Presto atenção àquilo que estou a sentir.					
3. Sinto as minhas emoções de modo muito intenso e tenho dificuldade em controlá-las.					
4. Tenho muita dificuldade em perceber como me sinto.					
5. Tenho dificuldade em entender os meus sentimentos.					
6. Sou uma pessoa atenta aos meus sentimentos.					
7. Sei exatamente aquilo que estou a sentir.					
8. Dou importância àquilo que sinto					
9. Sinto-me confuso/a em relação àquilo que sinto.					
10. Quando estou chateado/a, apercebo-me das minhas emoções.					
11. Quando estou chateado/a, fico zangado/a comigo mesmo/a por me sentir assim.					
12. Quando estou chateado/a, fico atrapalhado/a por me sentir assim.					
13. Quando estou chateado/a, tenho dificuldade em concluir tarefas ou trabalhos.					
14. Quando estou chateado/a, fico fora de controlo.					
15. Quando estou chateado/a, tenho tendência a pensar que vou ficar assim por muito tempo.					
16. Quando estou chateado/a, acredito que vou acabar por ficar muito deprimido/a.					
17. Quando estou chateado/a, acredito que os meus sentimentos são válidos e importantes.					
18. Quando estou chateado/a, tenho dificuldade em focar a minha atenção outras coisas.					
19. Quando estou chateado/a, sinto que perco o controlo sobre mim próprio/a.					
20. Mesmo quando estou chateado/a, continuo a ser capaz de fazer as coisas.					
21. Quando estou chateado/a, sinto vergonha de mim mesmo/a por me sentir assim.					
22. Quando estou chateado/a, sei que vou acabar por descobrir uma maneira de me sentir melhor.					
23. Quando estou chateado/a, sinto-me um/a fraco/a.					
24. Quando estou chateado/a, sinto que continuo a poder controlar os meus comportamentos.					
25. Quando estou chateado/a, sinto-me culpado/a por me sentir assim.					
26. Quando estou chateado/a, tenho dificuldade em concentrar-me.					
27. Quando estou chateado/a, tenho dificuldades em controlar os meus comportamentos.					
28. Quando estou chateado/a, acredito que não há nada que eu possa fazer para me sentir melhor.					
29. Quando estou chateado/a, fico irritado/a comigo mesmo/a por me sentir assim.					
30. Quando estou chateado/a, começo a sentir-me muito mal comigo próprio/a.					
31. Quando estou chateado/a, acredito que a única coisa que eu posso fazer é afundar-me nesse estado.					
32. Quando estou chateado/a, perco o controlo sobre os meus comportamentos.					
33. Quando estou chateado/a, tenho dificuldade em pensar noutra coisa qualquer.					
34. Quando estou chateado/a, dedico algum tempo para tentar perceber o que realmente estou a sentir.					
35. Quando estou chateado/a, demoro muito tempo até me sentir melhor.					
36. Quando estou chateado/a, sinto que as minhas emoções são demasiado intensas.					

Anexo B

Consentimento Informado

O presente estudo “*Estudos de Validação da Escala de Dificuldades na Regulação Emocional com a Versão População Portuguesa Adolescente- EDRE-VA*”, integra-se na elaboração da Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde, na sub-área de especialização em Intervenções Cognitivo-Comportamentais nas Perturbações Psicológicas da Saúde, sob orientação do Professor Doutor Daniel Maria Bugalho Rijo, pretende conhecer junto de jovens adolescentes se possuem dificuldades ao nível da regulação emocional nesta fase da vida. Para o concretizar será necessário aplicar um questionário sociodemográfico e questionários de autorresposta a indivíduos com idades compreendidas entre os 14 e os 18 anos, inclusive.

Será assegurado o completo **anonimato** e **confidencialidade** da informação recolhida e os dados apenas serão utilizados para efeito da presente investigação. Assim, solicita-se a sua colaboração e autorização para que o seu educando participe neste estudo.

(Assinatura do investigador)

Eu, _____, declaro ter sido suficientemente informado(a), aceitando que o meu educando participe nesta investigação.

Data de preenchimento:

_____ (localidade), ____ de _____ de 2019

Assinatura: _____

Obrigada pela colaboração!

Anexo C

Questionário nº _____

Este questionário integra-se num estudo desenvolvido para a elaboração da Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde, na sub-área de especialização em Intervenções Cognitivo-Comportamentais nas Perturbações Psicológicas da Saúde, cujo objetivo é **estudar as estratégias a que os adolescentes recorrem para regular as emoções** para desenvolver uma validação de um instrumento que possa avaliar as dificuldades na regulação emocional em adolescentes.

Não escreva o seu nome no questionário. As respostas a cada item são **anónimas e confidenciais. Certifique-se que lê com muita atenção cada uma das questões e que responde sempre o mais honestamente possível.** Este questionário não é um teste, pelo que **não existem respostas certas ou erradas.**

Na maior parte das questões deve assinalar com um X a alternativa apropriada. Para o caso de não achar uma resposta que corresponde exatamente ao seu caso, assinale a alternativa que mais se assemelha. Nas **questões de resposta aberta**, escreva a sua resposta no espaço que se encontra em branco.

Local de Preenchimento:

Data de preenchimento: ____ de _____ de 2019

Obrigada pela colaboração!

PARTE 1

1. Caracterização Sociodemográfica

Turma: _____

Idade: _____

Nacionalidade: _____

Nacionalidade da mãe: _____

Nacionalidade do pai: _____

Etnia:

Descendente europeu/ocidental

Descendente africano

Descendente asiático/oriental

Descendente Latino/Americano

Descendente indígena

Etnia cigana

Ou outro, especificar: _____

Género: Masculino

Feminino

Profissão da mãe (se aplicável): _____

Profissão do pai (se aplicável): _____

Com quem é que vives?

Sabes ler e escrever português? Sim Não

Qual o seu grau de escolaridade concluído?

8º ano 9º ano 10º ano

11º ano 12º ano

Se equivalente, qual?: _____

Tens alguma sinalização de necessidades educativas especiais (NEE)?

Sim Não

Nos últimos dois anos foste ao psicólogo ou ao pedopsiquiatra, por outro motivo sem ser orientação escolar e profissional?

Sim Não

Se sim; onde, qual o motivo e a regularidade?

Tens algum problema de saúde identificado? Sim Não

Se sim, qual ou quais? _____

Tomas medicação? Sim Não

Se sim, qual? (descrever a posologia) _____