

7. ANEXOS

Anexo 1 – Escala de Avaliação do EU Resiliente (Jardim e Pereira, 2006)

Anexo 2 – Autorizações dos autores para a utilização dos instrumentos

Anexo 3 – Questionário de Impulso, Autodano e Ideação Suicida na Adolescência (QIAIS – A; Castilho, Carvalho, Nunes e Pinto-Gouveia, 2012)

Anexo 4 – Escala de Autoconceito (Piers e Harris, 1964; Veiga, 2006)

Anexo 1

Escala de Avaliação do *Eu Resiliente* (EAER) (Jardim & Pereira, 2006)

Instruções: assinale apenas um dos níveis com que mais se identifica, segundo a escala seguinte:

1	2	3	4	5
nunca	raramente	algumas vezes	frequentemente	quase sempre

Sexo: M___; F___. Idade: _____

Eu tenho...	1. Pessoas ao meu redor que me querem bem incondicionalmente.	1	2	3	4	5
	2. Pessoas que me estipulam limites para que eu aprenda a evitar perigos e problemas.	1	2	3	4	5
	3. Pessoas que querem que eu aprenda a desenvolver-me sozinho.	1	2	3	4	5
	4. Pessoas que cuidam de mim quando estou doente, em perigo ou quando preciso de aprender alguma coisa.	1	2	3	4	5
Eu sou...	5. Uma pessoa estimada e amada pelos outros.	1	2	3	4	5
	6. Feliz quando faço algo pelos os outros e lhes demonstro o meu afecto.	1	2	3	4	5
	7. Respeitador de mim mesmo e dos outros.	1	2	3	4	5
Eu estou...	8. Disposto a responsabilizar-me pelos meus atos.	1	2	3	4	5
	9. Confiante de que tudo correrá bem.	1	2	3	4	5
Eu posso...	10. Falar sobre coisas que me preocupam ou inquietam.	1	2	3	4	5
	11. Procurar o modo de resolver os meus problemas.	1	2	3	4	5
	12. Controlar-me quando tenho vontade de fazer algo perigoso ou nocivo.	1	2	3	4	5
	13. Encontrar o momento certo para falar com alguém ou para atuar.	1	2	3	4	5
	14. Procurar alguém que me ajuda quando necessito.	1	2	3	4	5

Anexo 2

RE: Pedido de autorização para adaptação e validação da “Escala de Avaliação do EU Resiliente”

De: **Anabela Pereira** (anabelapereira@ua.pt)
Enviada: terça-feira, 9 de Dezembro de 2014 17:16:32
Para: Jani Sousa (janims@live.com.pt); Professor Doutor Jacinto Jardim (jacintojardim@gmail.com)
Cc: Mariana Marques <mvpmarques@gmail.com> (mvpmarques@gmail.com) (mvpmarques@gmail.com)
 1 anexo
Escala de Avaliação do Eu Resiliente.docx (107,2 KB)

Cara Jani,

Muito Agradecemos o seu interesse pelo nosso trabalho sobre a resiliência. Conforme reunião que tivemos com a Prof Doutora Mariana Marques, autorizamos a aplicação e adaptação da Escala do EU “EU resiliente” que anexamos.

Em relação a algumas questões específicas que colocou salientamos o seguinte:

Concordamos com as seguintes alterações:

- Substituir o “quase sempre” por “sempre”
- Eliminar a palavra “ incondicionalmente” pois não altera o sentido da questão

Além disso, dada a situação do estado da investigação sobre este questionário aceitamos colaborar na validação da referida escala para adolescentes.

Com votos de muito sucesso

Anabela Pereira

Re: Requerimento do Questionário de Impulso, Auto-Dano e Ideação Suicida na Adolescência

De: **paula castilho** (paulacastilhofreitas@gmail.com)

Enviada: terça-feira, 9 de Dezembro de 2014 10:47:58

Para: Jani Sousa (janims@live.com.pt); Mariana Marques (mvpmarques@gmail.com)

1 anexo

QIAIS Reduzido_final.docx (28,6 KB)

Cara Jani,

Em conformidade com o solicitado, autorizo a utilização do QIAIS no âmbito da sua investigação, pelo que lhe envio a escala. Os restantes dados enviarei mais tarde (cotação e dados normativos), dado que estou a terminar a correcção das revisões do artigo desta escala para publicação. Em função disto, peço-lhe que me envie email mais tarde (2015) a solicitar esta informação, caso me esqueça.

Felicito-a pela investigação que me parece interessante. Genericamente pelo que percebi faz sentido usar apenas os factores autodano e ideação suicida da medida.

Desejo-lhe boa sorte e bom trabalho.

Paula Castilho

FW: Requerimento da "Escala de Auto-Conceito"

De: **Feliciano Veiga** (fhveiga@ie.ulisboa.pt)
Enviada: sábado, 29 de Novembro de 2014 22:45:53
Para: janims@live.com.pt (janims@live.com.pt)
1 anexo
5 - Email para Feliciano Veiga (Escala de Autoconceito).pdf (82,5 KB)

Boa noite, Jani Sousa:

Pode utilizar a Escala que pede.

A Escala está no meu livro abaixo indicado (Veiga, 2012) e no artigo (Veiga, 2006) "Uma nova versão da escala de autoconceito Piers-Harris Children's self-concept Scale (PHCSCS-2)".

Este artigo (e uma série de outros) pode ser obtido através do Repositório da Universidade de Lisboa

<http://repositorio.ul.pt/browse?type=author&value=Veiga%2C+Feliciano>

Espero que – uma vez realizado - me seja enviado um exemplar do trabalho em pdf, para posteriores referências de utilização em Portugal, do PHCSCS.

Com desejos de um bom trabalho, seguem-se elementos bibliográficos onde aparece a PHCSCS, na sua utilização em trabalhos de investigação:

Veiga, F. H. (2012). *Transgressão e Autoconceito dos Jovens na Escola* (3ª Edição Revista e Aumentada). Lisboa: Edições Fim de Século.

Veiga, F. H. (2007). *Indisciplina e violência na escola: Práticas comunicacionais para professores e pais*. Coimbra: Almedina (3ª Ed.).

A forma de correção é dar um ponto a cada item respondido corretamente, no sentido esperado, conforme aparece indicado na página 45 e 46. Sugiro que no seu trabalho utilize esta última versão, pois é mais adequada. Uma classificação em percentis aparece na página 48, caso necessite de uma estatística não paramétrica.

Com os meus cumprimentos,

Feliciano H. Veiga

Anexo 3

QIAIS-A

(Castilho, Carvalho & Pinto-Gouveia, 2012)

De seguida vais encontrar algumas afirmações que mostram como os jovens por vezes se sentem. Por favor, lê cada frase com atenção e marca a resposta que melhor se adapta a ti. Não existem respostas certas ou erradas.

Nunca acontece comigo 0 Acontece-me algumas vezes 1 Acontece-me muitas vezes 2 Acontece-me sempre 3

A.

	0	1	2	3
1. Faço coisas sem pensar nas consequências.				
2. Os outros dizem que ando "a mil há hora".				
3. Gasto mais dinheiro do que queria ou devia gastar.				
4. Perco a paciência muitas vezes.				
5. Digo a primeira coisa que me vem à cabeça.				
6. Nos jogos tenho dificuldade em esperar pela minha vez.				
7. Por vezes tenho dificuldade em parar com um comportamento mesmo que me possa prejudicar (ex: álcool, comida, jogo).				
8. Tenho comportamentos errados mesmo sabendo que posso ser apanhado e penalizado.				

B.

	0	1	2	3
1. Magoo-me ou agrido-me voluntariamente, isto é, de propósito .				
2. Bato de propósito com a cabeça, mãos ou outra parte do corpo ou atiro-me contra as coisas (ficando com nódoas negras, etc).				
3. Arranho ou belisco certas partes do corpo de propósito .				
4. Mordo partes do meu corpo ou mordo certos objectos de propósito . (almofada, por exemplo).				
5. Corto certas partes do meu corpo de propósito . (com lâminas, tesouras, facas, x-acto, etc.).				
6. Queimo certas partes do meu corpo de propósito . (com cigarros, fogão, isqueiro, etc.).				
7. Espeto agulhas ou objectos semelhantes no meu corpo de propósito .				
8. Engulo e/ou introduzo objectos pontiagudos em determinadas zonas do corpo e ingiro substâncias perigosas de propósito .				
9. Abuso excessivamente de álcool.				
10. Abuso excessivamente de drogas leves.				
11. Abuso excessivamente de medicação (para ficar "mocado").				
12. Abuso de laxantes.				
13. Conduzo de forma arriscada (alta velocidade, não respeito pelas regras de trânsito).				
14. Tenho um comportamento sexual promíscuo (vários parceiros, relações sexuais sem protecção, etc.).				

Outros comportamentos _____

Se **respondeste 0** a todas as questões anteriores passa para a **pergunta D**. Se tens alguma **resposta com 1 ou mais continua por favor**.

Nunca acontece
comigo
0

Acontece-me
algumas vezes
1

Acontece-me
muitas vezes
2

Acontece-me
sempre
3

C.

	0	1	2	3
1.Quando me magoo procuro deixar de me sentir infeliz e deprimido .				
2.Magoo-me para não me sentir aborrecido ou entediado.				
3.Magoo-me para não me sentir sozinho e desligado dos outros.				
4.Magoar-me ajuda-me a não me sentir ansioso e preocupado.				
5.Magoar-me ajuda-me a controlar a minha raiva (ou fúria) .				
6.Quando me magoo procuro deixar de me sentir culpado.				
7.Magoo-me para me sentir menos inferior.				
8.Quando me magoo procuro castigar-me .				
9.Magoar-me ajuda-me a ficar menos zangado comigo mesmo.				
10.Magoo-me para me lembrar que sou mau, que não presto .				
11.Magoar-me ajuda-me a auto-controlar.				
12.Magoar-me ajuda-me a acalmar.				
13.Magoo-me para aliviar as emoções negativas que sinto.				
14.Magoar-me ajuda-me a lidar com as emoções positivas (ex: excitação, alegria).				
15.Magoar-me ajuda-me a saber melhor o que sinto.				
16.Magoo-me para chamar a atenção dos outros.				
17.Magoar-me é uma forma de mostrar aos outros que preciso de ajuda.				
18.Magoar-me ajuda os outros a compreender os meus problemas .				
19.Magoo-me para conseguir sentir alguma coisa.				
20.Magoar-me é uma forma de manter o contacto com a realidade.				
21.Magoo-me para mostrar a mim mesmo(a) que o meu sofrimento psicológico é real.				
22.Magoo-me para me vingar dos outros.				
23.Magoo-me para não magoar os outros.				
24.Magoo-me para me proteger das agressões dos outros.				
25.Magoo-me para criar uma barreira entre mim e os outros.				
26.Magoar-me ajuda-me a não pensar em nada.				
27.Magoar-me ajuda a parar os pensamentos maus ou suicidas.				
28.Magoar-me ajuda a parar de pensar sempre na mesma coisa.				
29.Magoo-me porque tenho curiosidade em saber o que vou sentir.				
30.Magoo-me para mostrar a mim mesmo (a) que consigo aguentar a dor.				
31.Magoar-me dá-me gozô e prazer .				

D.

Nunca acontece
comigo
0

Acontece-me
algumas vezes
1

Acontece-me
muitas vezes
2

Acontece-me
sempre
3

	0	1	2	3
1. Já houve alturas em que pensei que me queria matar.				
2.Há alturas em que penso que não tenho futuro nem saída.				
3. Há alturas em que gostava de desaparecer.				

Anexo 4

Escala de Autoconceito

(Versão de Piers and Hertzberg, 2002; Validação de Veiga, 2006)

Item	Sim	Não
1. Os meus colegas de turma troçam de mim.		
2. Sou uma pessoa feliz.		
3. Tenho dificuldades em fazer amizades.		
4. Estou triste muitas vezes.		
5. Sou uma pessoa esperta.		
6. Sou uma pessoa tímida.		
7. Fico nervoso(a) quando o professor me faz perguntas.		
8. A minha aparência física desagradou-me.		
9. Sou um chefe nas brincadeiras e nos desportos.		
10. Fico preocupado(a) quando tenho testes na escola.		
11. Sou impopular.		
12. Porto-me bem na escola.		
13. Quando qualquer coisa corre mal, a culpa é geralmente minha.		
14. Crio problemas à minha família.		
15. Sou forte.		
16. Sou um membro importante da minha família.		
17. Desisto facilmente.		
18. Faço bem os meus trabalhos escolares.		
19. Faço muitas coisas más.		
20. Porto-me mal em casa.		
21. Sou lento(a) a terminar os trabalhos escolares.		
22. Sou um membro importante da minha turma.		
23. Sou nervoso(a).		
24. Sou capaz de dar uma boa impressão perante a turma.		
25. Na escola estou distraído(a), a pensar noutras coisas.		
26. Os meus amigos gostam das minhas ideias.		
27. Meto-me frequentemente em sarilhos.		
28. Tenho sorte.		

29. Preocupo-me muito.		
30. Os meus pais esperam demasiado de mim.		
31. Gosto de ser como sou.		
32. Sinto-me posto de parte.		
33. Tenho o cabelo bonito.		
34. Na escola, ofereço-me várias vezes como voluntário(a).		
35. Gostava de ser diferente daquilo que sou.		
36. Odeio a escola.		
37. Sou dos últimos a ser escolhido(a) nas brincadeiras e nos desportos.		
38. Muitas vezes sou antipático(a) com as outras pessoas.		
39. Os meus colegas da escola acham que tenho boas ideias.		
40. Sou infeliz.		
41. Tenho muitos amigos.		
42. Sou alegre.		
43. Sou estúpido(a) em relação a muitas coisas.		
44. Sou bonito(a).		
45. Meto-me em muitas brigas.		
46. Sou popular entre os rapazes.		
47. As pessoas embirram comigo.		
48. A minha família está desapontada comigo.		
49. Tenho uma cara agradável.		
50. Quando for maior, vou ser uma pessoa importante.		
51. Nas brincadeiras e nos desportos, observo em vez de participar.		
52. Esqueço o que aprendo.		
53. Dou-me bem com os outros.		
54. Sou popular entre as raparigas.		
55. Gosto de ler.		
56. Tenho medo muitas vezes.		
57. Sou diferente das outras pessoas.		
58. Penso em coisas más.		
59. Choro facilmente.		
60. Sou uma boa pessoa.		

8. APÊNDICES

Apêndice A – Pedido de autorização aos autores dos instrumentos

Apêndice B – Escala de Avaliação do EU Resiliente (Jardim e Pereira, 2006; Sousa e Marques, 2015)

Apêndice C – Consentimento informado aos pais e aos adolescentes

Apêndice D – Folha de rosto; Questionário sociodemográfico

Apêndice A



Assunto: Pedido de autorização para adaptação e validação da “Escala de Avaliação do EU Resiliente”

Professor Doutor Jacinto Jardim e Professora Doutora Anabela Pereira,

Sou aluna do 2º ano de Mestrado em Psicologia Clínica no Instituto Superior Miguel Torga, e no âmbito da dissertação de mestrado, sob a orientação da Professora Doutora Mariana Marques, venho por este meio pedir-vos autorização para **adaptar e validar a “Escala de Avaliação do EU Resiliente”** (EAER), que consta no livro “Competências Pessoais e Sociais” (Jacinto Jardim e Anabela Pereira, 2006).

Este estudo de adaptação e validação será realizado com adolescentes com idades compreendidas entre os 12 e os 18 anos.

Posto isto, e para conseguir atingir os meus objectivos, necessito da vossa preciosa colaboração, pelo que venho por este meio solicitar a autorização para a adaptação e validação da EAER, assim como o envio da respectiva escala e todos os documentos que considerarem necessários para a realização do meu trabalho.

Só desta forma me será possível realizar a investigação pretendida, na qual respeitarei todas as questões éticas inerentes a qualquer investigação.

Grata desde já pela vossa atenção. Aguardo resposta.

Com os melhores cumprimentos,

Jani Mafra Sousa

Telemóvel: 915047313

E-mail: janims@live.com.pt

Leiria, 24/11/2014

Assunto: Requerimento do “Questionário de Impulso, Auto-Dano e Ideação Suicida na Adolescência”

Professora Doutora Paula Castilho,

Sou aluna do 2º ano de Mestrado em Psicologia Clínica no Instituto Superior Miguel Torga, e no âmbito da dissertação de mestrado, sob orientação da Professora Doutora Mariana Marques, estou a realizar um trabalho de adaptação e validação de uma escala de resiliência para adolescentes, e para além disso pretendo explorar a associação entre resiliência, ideação suicida, autodano e autoconceito na adolescência.

Posto isto, e para concretizar os meus objetivos, necessito da sua preciosa colaboração, pelo que venho por este meio solicitar a sua permissão para utilizar o “Questionário de Impulso, Auto-Dano e Ideação Suicida na Adolescência” (QIAIS-A), assim como o envio do respetivo questionário e todos os documentos relacionados que achar necessários para a realização da minha investigação. Adicionalmente, a professora Mariana pediu-me para lhe perguntar se considera válido no meu trabalho, em termos estatísticos, recorrer apenas às dimensões autodano e ideação suicida, que são as que realmente nos interessam neste trabalho.

Só desta forma me será possível realizar a investigação pretendida, na qual respeitarei todas as questões éticas inerentes a qualquer investigação.

Grata desde já pela sua atenção. Aguardo resposta.

Com os melhores cumprimentos,

Jani Mafra Sousa

Telemóvel: 915047313

E-mail: janims@live.com.pt

Leiria, 29/11/2014

Assunto: Requerimento da “Escala de Auto-Conceito”

Professor Doutor Feliciano Veiga,

Sou aluna do 2º ano de Mestrado em Psicologia Clínica no Instituto Superior Miguel Torga, e no âmbito da dissertação de mestrado, sob orientação da Professora Doutora Mariana Marques, estou a realizar um trabalho de adaptação e validação de uma escala de resiliência para adolescentes e, para além disso, pretendo explorar a associação entre resiliência, ideação suicida, autodano e autoconceito na adolescência.

Posto isto, e para concretizar os meus objetivos, necessito da sua preciosa colaboração, pelo que venho por este meio solicitar a sua permissão para utilizar a “Escala de Autoconceito”, assim como o envio do respetivo questionário e todos os documentos relacionados que achar necessários para a realização da minha investigação.

Só desta forma me será possível realizar a investigação pretendida, na qual respeitarei todas as questões éticas inerentes a qualquer investigação.

Grata desde já pela sua atenção. Aguardo resposta.

Com os melhores cumprimentos,

Jani Mafra Sousa

Telemóvel: 915047313

E-mail: janims@live.com.pt

Leiria, 29/11/2014

Apêndice B

ESCALA DE AVALIAÇÃO DO EU RESILIENTE

(adaptação de Sousa & Marques, 2015; versão de Jardim & Pereira, 2006)

Seguindo a escala seguinte, assinala a opção de resposta com que mais te identificas:

	1 Nunca	2 Raramente	3 Algumas vezes	4 Frequente mente	5 Sempre
1. Eu tenho ...Pessoas à minha volta que me querem bem sempre.					
2. Eu tenho ...Pessoas que me colocam limites para que eu aprenda a evitar perigos e problemas.					
3. Eu tenho ...Pessoas que querem que eu aprenda a desenvolver-me sozinho.					
4. Eu tenho ...Pessoas que cuidam de mim quando estou doente, em perigo ou quando preciso de aprender alguma coisa.					
5. Eu sou ...Uma pessoa estimada e amada pelos outros.					
6. Eu sou ...Feliz quando faço algo pelos outros e lhes demonstro o meu afeto.					
7. Eu sou ...Respeitador de mim mesmo e dos outros.					
8. Eu estou ...Disposto a responsabilizar-me pelos meus problemas.					
9. Eu estou ...Confiante de que tudo correrá bem.					
10. Eu posso ...Falar sobre coisas que me preocupam ou inquietam.					
11. Eu posso ...Procurar uma forma de resolver os meus problemas.					
12. Eu posso ...Controlar-me quando tenho vontade de fazer algo perigoso ou mau para mim.					
13. Eu posso ...Encontrar o momento certo para falar com alguém ou para agir.					
14. Eu posso ...Procurar alguém que me ajuda quando preciso.					

Obrigada pela tua colaboração!

Consentimento Informado

Investigação no âmbito do Mestrado em Psicologia Clínica

Este trabalho de investigação decorre no âmbito da realização da dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica no Instituto Superior Miguel Torga, sob orientação da Professora Doutora Mariana Marques. Tem como principais objetivos a adaptação e validação de uma escala de resiliência para adolescentes e a análise de relações entre a resiliência, autodano e autoconceito na adolescência.

Para concretizar estes objetivos, a colaboração do seu/sua filho/a torna-se fundamental. Assim, necessitamos que o/a seu/sua filho/a responda a um conjunto de três questionários de resposta rápida e um questionário de dados sociodemográficos.

Solicitamos, ainda, que passadas quatro semanas o/s seu/sua filho/a volte a responder ao mesmo conjunto de questionários.

A participação do/a seu/sua filho/a neste estudo é voluntária, podendo desistir, se assim o desejar, a qualquer momento.

Os dados recolhidos neste estudo são totalmente confidenciais e apenas serão usados para fins estatísticos.

A investigadora está disponível para qualquer esclarecimento acerca do estudo, se assim for o desejo do participante.

Declaro que fui devidamente informado(a) e esclarecido(a) do estudo e dos seus objetivos, tendo compreendido os mesmos. Entendi e aceito que o/a meu/minha filho/a responda a um conjunto de questionários. Compreendo que a sua participação neste estudo é voluntária e que é possível desistir dele a qualquer momento. Entendo, ainda, que toda a informação obtida neste estudo será estritamente confidencial.

Rubrica do Encarregado de Educação: _____

Rubrica do Jovem: _____

Leiria, ____ / ____ / ____

Grata pela atenção!

Jani Mafra Sousa

Contactos: janims@live.com.pt / 915047313



Apêndice D

Código: _____
(não preencher)

Estimado(a) jovem,

Estes questionários são de **cariz confidencial**, assegurando o **anonimato** das tuas respostas que apenas serão usadas para fins estatísticos.

As perguntas são de resposta rápida e devem ser todas respondidas.

Não existem respostas certas ou erradas, o que importa é a tua opinião.

A tua colaboração é fundamental, por isso, desde já, agradecemos a tua disponibilidade para responder a estes questionários!

Instruções:

- Em respostas com , coloca um “x” dentro do quadrado pretendido;
- Em respostas abertas, pretende-se que escrevas a tua resposta.

Grata pela colaboração.

A) Dados pessoais

1) Sexo: Masculino Feminino

2) Idade: _____

B) Outros dados

1) Como caracterizas o teu ambiente familiar:

Mau Razoável Bom Muito bom

2) No geral, tens uma boa relação com os teus amigos?

Sim Não

3) Como caracterizas o teu interesse pela escola?

Nenhum Pouco Suficiente Muito