

ANEXOS

ANEXO 1

Consentimento Informado

Eu, Hugo Emanuel Vaz Ferreira Resende Rodrigues pretendo com o presente estudo, validar a escala de resiliência (RMH₂₂). Esta escala é uma medida de sucesso no confronto dos obstáculos e foi elaborada por Margarida Pocinho e Hugo Vaz em 2015, sendo constituída por 22 itens e é direcionada para acontecimentos traumáticos. Esta escala propriedades psicométricas que distinguem aqueles com maior ou menor capacidade de resistência às adversidades. Esta validação surge no âmbito do Mestrado em Psicologia Clínica, – Ramo de Terapias Cognitivo Comportamentais, realizado no Instituto Superior Miguel Torga, sob a orientação da Professora Doutora Margarida Pocinho.

Eu (entrevistado) _____ aceito participar de livre vontade e confirmo que me foram explicados e compreendo os objetivos principais deste estudo. Compreendo que a minha participação neste estudo é voluntária, podendo desistir a qualquer momento, sem que essa decisão se reflita em qualquer prejuízo para mim. Ao participar neste trabalho, estou a colaborar para o desenvolvimento da investigação na área da resiliência, não sendo, contudo, acordado qualquer benefício direto ou indireto pela minha colaboração. Entendo, ainda, que toda a informação obtida neste estudo será estritamente confidencial e que a minha identidade nunca será revelada em qualquer relatório ou publicação, ou a qualquer pessoa não relacionada diretamente com este estudo, a menos que eu o autorize por escrito.

Agradeço a disponibilidade para participar neste estudo.

Miranda do Corvo, ___ de _____ 201_

Ass:

_____(participante)

ANEXO 2

SCL-90-R

*Versão original de Derogatis, 1994, Versão portuguesa por Margarida Pocinho
2000*

Nome: _____ Idade: __ Sexo: _____
Estado Civil: _____ Habilitações: _____ Profissão: _____ Data: __/__/__

Instruções: a seguir encontra-se uma lista de problemas e queixas médicas que algumas pessoas costumam ter. Leia cuidadosamente cada questão e assinale aquelas que nos últimos dois anos lhe tem dado cuidados ou preocupações. Não existem respostas "certas" ou "erradas". Estas respostas são confidenciais. por favor responda a todas as questões.

Em que medida sofreu das seguintes queixas

	Nunca	Poucas Vezes	Algumas Vezes	Muitas Vezes	Múltiplas Vezes
1- Dores de cabeça.					
4- Desmaios ou tonturas.					
12- Dores sobre o coração ou no peito.					
27- Dores no fundo das costas (cruzes).					
40- Vontade de vomitar, enjoos ou mal-estar estômago.					
42- Dores musculares.					
48- Dificuldades em respirar (parece que lhe falta o ar).					
49- Calafrios ou afrontamentos.					
52- Sensação de formigueliro ou partes do corpo entorpecido.					
53- Impressão de ter um nó na garganta.					
56- Sentir falta de forças em partes do corpo.					
58- Sentir "um peso" nos braços ou nas pernas.					
3- Pensamentos desagradáveis que não lhe salem da cabeça					
9- Dificuldade de se lembrar das coisas passadas e recentes.					
10- Preocupação com o desleixo ou a falta de limpeza.					
28- Dificuldades em fazer qualquer trabalho.					
38- Fazer tudo devagar para ter a certeza de que fica bem feito.					
45- Sentir necessidade de verificar várias vezes o que faz.					
46- Dificuldade em tomar decisões.					
51- Sensação de vazio na cabeça (brancas).					
55- Dificuldades em se concentrar.					
65- Vontade de repetir certas operações como, por exemplo, tocar em objectos, lavar-se ou contar.					
6- Sentir-se criticado pelos outros.					
21- Sentir-se tímido ou pouco à vontade com pessoas do sexo oposto.					
34- Sentir-se facilmente ofendido/magoado nos seus sentimentos.					
36- Sentir que os outros não compreendem os seus problemas.					
37- Sentir que as pessoas não são amigas ou não gostam de si.					
41- Sentir-se inferior aos outros.					
61- Não se sentir à vontade quando as pessoas o observam ou falam de si.					
69- Sentir-se muito embaraçado junto a outras pessoas.					
73- Não se sentir à vontade quando come ou bebe em local público.					
5- Diminuição do interesse ou prazer sexual.					
14- Falta de forças, energia ou lentidão.					
15- Pensamento de acabar com a vida.					
20- Virem as lágrimas facilmente aos olhos.					
22- Impressão de se sentir preso ou apanhado em falta.					
26- Culpa-se a si mesmo pelo que acontece					
29- Sentir-se sozinho.					
30- Sentir-se triste.					

	Nunca	Poucas Vezes	Algumas Vezes	Muitas Vezes	Máximas Vezes
31- Ser muito pensativo/preocupado (clisma) com as coisas.					
32- Sem interesse por nada.					
54- Sentir-se sem esperança em relação ao futuro.					
71- Sentir que tudo o que faz é com esforço.					
79- Ter sentimentos que não tem valor.					
2- Nervosismo ou tensão interior.					
17- Tremer.					
23- Ter medo subitamente sem ter motivo para isso.					
33- Sentir-se aterrorizado.					
39- Sentir palpitações ou batimentos rápidos do coração.					
57- Sentir-se agitado, em estado de tensão ou aflição.					
72- Ter ataques de terror ou de pânico.					
78- Sentir-se tão inquieto que não se pode sentar ou estar parado.					
80- Ter o pressentimento de que alguma coisa má lhe vai acontecer.					
86- Ter pensamentos ou imagens de natureza assustadora.					
11- Aborrece-se ou irrita-se facilmente.					
24- Acessos de cólera que não consegue controlar.					
63- Impulso de bater, ofender ou fazer mal a alguém.					
67- Vontade de destruir ou partir coisas.					
74- Envolver-se facilmente em discussões.					
81- Gritar com as outras pessoas ou atirar coisas.					
13- Medo em espaços abertos (na rua ou praças públicas).					
25- Medo de sair de casa sozinho.					
47- Medo de viajar de metro, comboio, eléctrico ou autocarro.					
50- Ter que evitar certas coisas, lugares ou atividades porque lhe causam medo.					
70- Não se sentir a vontade nas multidões, por exemplo, nas lojas, cinemas, mercados, etc...					
75- Sentir-se nervoso quando tem de ficar sozinho.					
82- Medo de vir a desmaiar em frente a outras pessoas.					
8- Sentir que as outras pessoas são culpadas pela maior parte dos seus problemas.					
18- Sentir que não se pode confiar na maioria das pessoas.					
43- Sentir a impressão de que os outros o costumam observar ou falar de si.					
68- Ter pensamentos ou ideias que os outros não percebem ou não tem.					
76- Sentir que as outras pessoas não dão o devido valor ao seu trabalho ou às suas capacidades.					
83- A impressão de que, se deixasse, as outras pessoas se aproveitaria de si.					
7- Impressão de que outras pessoas podem controlar os seus pensamentos.					
16- Ouvir vozes que as outras pessoas não ouvem.					
35- Ter a impressão de que as outras pessoas conhecem os seus pensamentos secretos.					
62- Ter pensamentos que não lhe pertencem.					
77- Sentir-se sozinho, mesmo quando está com mais pessoas.					
84- Ter pensamentos sobre assuntos sexuais que o perturbam.					
85- Ter o sentimento de que deveria ser castigado pelos seus pecados.					
87- Ter a impressão de que alguma coisa de grave se passa no seu corpo.					
88- Grande dificuldade, em sentir-se próximo de outra pessoa.					
90- Ter a impressão de que se passa algo de errado com a sua mente.					
19- Falta de apetite.					
60- Vontade de comer de mais.					
44- Dificuldade em adormecer.					
64- Acordar muito cedo de manhã.					
66- Sono agitado, perturbado ou não repousante.					
59- Pensamentos sobre a morte ou morrer.					
89- Sentir-se culpado.					

ANEXO 3

Resilience Mental Help

Margarida Pocinho & Hugo Vaz

2015

Afirmações	Por regra, sim	Nunca ou Quase nunca
1. Tenho qualidades que me distinguem positivamente dos outros	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Tenho pelo menos uma relação verdadeira, próxima ou segura que me ajuda quando estou sob stress.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Tenho o controlo da minha vida e não cedo a pressões seja qual for a situação.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Sou capaz de mobilizar os recursos necessários para ultrapassar positivamente as adversidades.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Sou capaz de tomar decisões impopulares ou difíceis quando acredito serem as mais seguras/ corretas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Sou capaz de me manter sereno/calmo perante uma situação de stress.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Sob pressão, sou capaz de tomar decisões com confiança e empenho	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Quando preciso sei onde procurar ajuda	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Não me deixo levar impulsivamente pela experiência de uma emoção	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Na resolução dos problemas prefiro ser eu a liderar	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. Estabeleço, facilmente, relação com as pessoas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. Enfrento os períodos de tensão sem me fazer passar por vítima. Eles fazem parte da vida	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. Em situação de tensão sou capaz de me manter a pensar claramente	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. Tenho controlo das minhas emoções e dos meus impulsos.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. Consigo sentir o que uma pessoa sente durante uma experiência	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. Consigo identificar a causa dos problemas e das adversidades presentes numa dada situação	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17. Consigo compreender as emoções e sentimentos no outro (estado psicológico)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18. Adapto-me às mudanças e recupero rapidamente o equilíbrio psicológico depois de ter sofrido uma perturbação	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19. Adapto-me às mudanças e recupero rapidamente o equilíbrio físico depois de ter sofrido uma perturbação	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20. Acredito que todas as coisas têm um lado positivo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21. Acredito que sou capaz de atingir os meus objetivos independentemente dos obstáculos que possam surgir não desisto	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22. Acredito (Tenho fé) que as coisas podem sempre melhorar, mesmo quando parece que não	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

ANEXO 4

Questionário sociodemográfico

Hugo Vaz

2015

Não preencher: espaço dedicado ao entrevistador

Data: ___/___/_____ Tipo de entrevistado _____

Tipo de aplicação: heteroadministração autoadministração

Idade: _____ anos

Sexo: M F

Estado civil: solteiro casado união de facto

Separado divorciado viúvo

Habilitações: 1º CEB 2º CEB 3º CEB Secundário

Licenciatura Mestrado/PHD

Situação Profissional: Sem atividade profissional Profissional da FADFP

Profissional saúde Profissional social
profissional da educação

ANEXO 5



Investigação no âmbito de Mestrado em Psicologia Clínica



Exmo Sr. Presidente do Conselho de
Administração da Fundação ADFP
Dr. Jaime Ramos

Assunto: Pedido de autorização para administração da MH – 22 e SCL-90-R.

O projeto "Resiliense Mental Help" é realizado pelo finalista do Curso de Mestrado em Psicologia Clínica, *Hugo Emanuel Vaz Ferreira Resende Rodrigues*, o presente trabalho de investigação decorre no âmbito da realização da tese do Mestrado em Psicologia Clínica (Ramo Terapias Cognitivo-Comportamentais) do Instituto Superior Miguel Torga (ISMT), orientado pela Professora Doutora Margarida Pocinho.

O projeto destina-se a caracterizar e compreender o impacto da resiliência na saúde mental de uma população clínica institucionalizada. Para concretizarmos este objetivo, necessitamos que autorize a administração de um protocolo composto por duas escalas: MH22 e SCL-90-R e dados biográficos. Com um melhor conhecimento da temática em questão, poder-se-á obter uma melhor compreensão do fenómeno, bem como atuar na sua prevenção. A participação de todos é voluntária e muito importante para a realização deste estudo, pelo que gostaríamos de contar com a colaboração de V. Ex.ª na aceitação da implementação do referido projeto, junto dos utentes da Fundação ADFP.

De referir que todas as respostas são *confidenciais* e *anónimas*, não tendo este questionário outra intenção além da que foi acima descrita. Se for necessário mais alguma informação, encontramos-nos disponíveis pelo correio eletrónico hugovazf@gmail.com e pelo contato telefónico 91 7362827.

Miranda do Corvo, 11 de Maio de 2016

Assinatura/rúbrica:

(Hugo Emanuel Vaz Ferreira Resende Rodrigues)

ANEXO 6

Teste reteste

		Paired Differences					t	df	p
		Mean	sd	sem	CI				
					min	max			
Pair 1	MH22_1 - RE_MH22_1	,059	,429	,104	-,162	,279	,566	16	,579
Pair 2	MH22_2 - RE_MH22_2	-,059	,429	,104	-,279	,162	-,566	16	,579
Pair 3	MH22_3 - RE_MH22_3	-,118	,781	,189	-,519	,284	-,621	16	,543
Pair 4	MH22_4 - RE_MH22_4	-,118	,697	,169	-,476	,241	-,696	16	,496
Pair 5	MH22_5 - RE_MH22_5	-,059	,556	,135	-,345	,227	-,436	16	,668
Pair 6	MH22_6 - RE_MH22_6	,059	,659	,160	-,280	,397	,368	16	,718
Pair 7	MH22_7 - RE_MH22_7	,118	,485	,118	-,132	,367	1,000	16	,332
Pair 8	MH22_8 - RE_MH22_8	,118	,600	,146	-,191	,426	,808	16	,431
Pair 9	MH22_9 - RE_MH22_9	-,294	,772	,187	-,691	,103	-1,571	16	,136
Pair 10	MH22_10 - RE_MH22_10	-,059	,556	,135	-,345	,227	-,436	16	,668
Pair 11	MH22_11 - RE_MH22_11	-,176	,393	,095	-,379	,026	-1,852	16	,083
Pair 12	MH22_12 - RE_MH22_12	-,176	,393	,095	-,379	,026	-1,852	16	,083
Pair 13	MH22_13 - RE_MH22_13	,118	,600	,146	-,191	,426	,808	16	,431
Pair 14	MH22_14 - RE_MH22_14	-,118	,485	,118	-,367	,132	-1,000	16	,332
Pair 15	MH22_15 - RE_MH22_15	-,118	,600	,146	-,426	,191	-,808	16	,431
Pair 16	MH22_16 - RE_MH22_16	-,118	,600	,146	-,426	,191	-,808	16	,431
Pair 17	MH22_17 - RE_MH22_17	,059	,556	,135	-,227	,345	,436	16	,668
Pair 18	MH22_18 - RE_MH22_18	,118	,697	,169	-,241	,476	,696	16	,496
Pair 19	MH22_19 - RE_MH22_19	,118	,600	,146	-,191	,426	,808	16	,431
Pair 20	MH22_20 - RE_MH22_20	,059	,556	,135	-,227	,345	,436	16	,668
Pair 21	MH22_21 - RE_MH22_21	-,118	,600	,146	-,426	,191	-,808	16	,431
Pair 22	MH22_22 - RE_MH22_22	,059	,429	,104	-,162	,279	,566	16	,579

Como se pode observar pelo T Student para dados emparelhados não existem diferenças significativas nos valores obtidos nos dois momentos de avaliação.

Reliability Statistics			
Cronbach's Alpha	Part 1	Value	,860
		N of Items	22 ^a
	Part 2	Value	,789
		N of Items	22 ^b

a. The items are: MH22_1, MH22_2, MH22_3, MH22_4, MH22_5, MH22_6, MH22_7, MH22_8, MH22_9, MH22_10, MH22_11, MH22_12, MH22_13, MH22_14, MH22_15, MH22_16, MH22_17, MH22_18, MH22_19, MH22_20, MH22_21, MH22_22.

b. The items are: RE_MH22_1, RE_MH22_2, RE_MH22_3, RE_MH22_4, RE_MH22_5, RE_MH22_6, RE_MH22_7, RE_MH22_8, RE_MH22_9, RE_MH22_10, RE_MH22_11, RE_MH22_12, RE_MH22_13, RE_MH22_14, RE_MH22_15, RE_MH22_16, RE_MH22_17, RE_MH22_18, RE_MH22_19, RE_MH22_20, RE_MH22_21, RE_MH22_22.

A estatística da fidedignidade entre metade-metade (*Split half*) demonstra uma consistência mais elevada nos testes do que nos retestes, contudo em ambos os casos se pode considerar consistente

ANEXO 7

Consistência formas paralelas – online e presencial

Test for Model Goodness of Fit

Chi-Square	Value	-33983,543
	df	251
	Sig	1,000
Log of Determinant of	Unconstrained Matrix	,000
	Constrained Matrix	-51,299

Under the parallel model assumption

Reliability Statistics

presencial	Common Variance	,122
	True Variance	,025
	Error Variance	,097
	Common Inter-Item Correlation	,204
	Reliability of Scale	,850
	Reliability of Scale (Unbiased)	,851
	online	Common Variance
True Variance		,015
Error Variance		,085
Common Inter-Item Correlation		,152
Reliability of Scale		,798
Reliability of Scale (Unbiased)		,799

Presencial

Online

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
MH22_1	17,7653	13,565	,268	,849	18,4800	8,495	,354	,790
MH22_2	17,7704	13,368	,349	,846	18,4274	9,017	,120	,800
MH22_3	17,8571	12,821	,450	,842	18,5495	7,894	,555	,777
MH22_4	17,7755	12,924	,541	,839	18,4674	8,439	,413	,787
MH22_5	17,8622	12,755	,469	,841	18,4400	8,956	,143	,800
MH22_6	17,8622	13,001	,379	,845	18,6421	8,095	,373	,790
MH22_7	17,8776	12,662	,486	,841	18,5832	8,134	,401	,788
MH22_8	17,7194	13,895	,178	,850	18,4442	8,598	,373	,790
MH22_9	17,9898	12,543	,448	,843	18,6168	7,840	,502	,780
MH22_10	18,0408	12,942	,308	,851	18,3811	8,983	,399	,794
MH22_11	17,7296	13,470	,395	,845	18,3916	8,952	,309	,794
MH22_12	17,7908	13,130	,418	,844	18,5326	8,566	,248	,797
MH22_13	17,8367	12,650	,541	,838	18,5389	8,173	,432	,785
MH22_14	17,8622	12,755	,469	,841	18,5768	7,751	,587	,774
MH22_15	17,8571	13,087	,353	,846	18,5158	8,693	,202	,799
MH22_16	17,7449	13,104	,541	,840	18,3895	9,065	,187	,797
MH22_17	17,7398	13,660	,266	,848	18,4063	9,018	,166	,798
MH22_18	17,8469	12,612	,541	,838	18,5474	8,215	,401	,787
MH22_19	17,7959	12,738	,578	,837	18,4589	8,675	,288	,793
MH22_20	17,7296	13,378	,447	,843	18,4463	8,564	,389	,789
MH22_21	17,7500	13,347	,402	,844	18,4884	8,271	,464	,784
MH22_22	17,7245	13,390	,459	,843	18,4568	8,565	,361	,790

		Intraclass Correlation ^b	95% Confidence Interval	
forma			Lower Bound	Upper Bound
presencial	Single Measures	,204 ^a	,169	,247
	Average Measures	,850 ^c	,817	,879
online	Single Measures	,152 ^a	,133	,175
	Average Measures	,798 ^c	,771	,823