

Apêndices

Apêndice A

Pedido de Consentimento Informado para as Instituições de Ensino Superior

PEDIDO DE CONSENTIMENTO INFORMADO

Exmo(a). Presidente Diretor(a) da/do...

Professor(a) Doutor(a) ...

Estamos a realizar um estudo junto de estudantes universitário, intitulado Correlatos Psicológicos das Relações Familiares de Estudantes Universitários. Este estudo realiza-se no âmbito da dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica, área de especialização em terapias cognitivo-comportamentais, a decorrer no Instituto Superior Miguel Torga e sob a orientação da Professora Doutora Sónia Simões.

Assim, vimos por este meio, solicitar a **autorização para a recolha de dados junto dos alunos da vossa Instituição.**

Esta investigação tem como objetivo melhor compreender a relação entre algumas variáveis familiares (vinculação, estilos educativos parentais e relações familiares) e o funcionamento psicológico dos estudantes universitários, nomeadamente ao nível das emoções e da presença de psicopatologia.

Os dados recolhidos poderão vir a contribuir para uma melhor compreensão deste fenómeno, assim como fornecer dados para futuras investigações.

Na recolha de dados será aplicado um protocolo de investigação composto por seis Instrumentos, cujo preenchimento demora aproximadamente 20 minutos: **1. Questionário Sociodemográfico**, que pretende caracterizar a amostra em estudo; **2. EMBU – Memórias de Infância**, que avalia a perceção do indivíduo face ao comportamento do seu pai e da sua mãe durante a sua infância; **3. BSI**, que avalia sintomas psicopatológicos; **4. EVA**, que permite a avaliação da qualidade da vinculação; **5. LESS**, que avalia esquemas emocionais; **6. SCORE-15** que avalia vários aspetos do funcionamento familiar.

A participação dos sujeitos é voluntária. Asseguramos que neste estudo serão mantidos o anonimato e a confidencialidade dos seus dados, pois os investigadores consagram como obrigação e dever o sigilo profissional.

Ficamos à disposição para quaisquer esclarecimentos adicionais sobre a investigação e agradecemos desde já a disponibilidade e receptividade para o acolhimento do presente estudo.

Pede deferimento,

Coimbra, ____/____/____

A Aluna:

(Jenny Pinto da Silva)

A Orientadora de Dissertação:

(Professora Doutora Sónia Simões)

Telefone:

E-mail:

Apêndice B

Consentimento Informado ao Próprio

DECLARAÇÃO DE CONSENTIMENTO INFORMADO AO PARTICIPANTE

Por favor, leia com atenção todo o conteúdo deste documento. Não hesite em solicitar mais informações se não estiver completamente esclarecido.

Caro(a) Estudante:

Estamos a realizar um estudo junto de estudantes universitários, intitulado Correlatos Psicológicos das Relações Familiares de Estudantes Universitários. Este estudo realiza-se no âmbito da dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica, área de especialização em terapias cognitivo-comportamentais, a decorrer no Instituto Superior Miguel Torga e sob a orientação da Professora Doutora Sónia Simões.

Esta investigação tem como objetivo melhor compreender a relação entre algumas variáveis familiares (vinculação, estilos educativos parentais e relações familiares) e o funcionamento psicológico dos estudantes universitários, nomeadamente ao nível das emoções e da presença de psicopatologia.

Assim, reveste-se de elevada importância a sua colaboração nesta investigação através da resposta ao protocolo em seguida apresentado.

A sua participação neste estudo apenas envolverá o preenchimento de um protocolo de investigação, composto por um questionário sociodemográfico e algumas escalas de autorresposta, demorando o seu preenchimento aproximadamente 20 minutos.

Asseguramos que neste estudo serão mantidos o anonimato e a confidencialidade dos seus dados, pois os investigadores consagram como obrigação e dever o sigilo profissional. Informamos que poderá *desistir de participar a qualquer momento*.

Depois de devidamente informado(a) **autorizo/não autorizo (risque o que não se aplicar) a participação** neste estudo:

_____ (localidade), ____/____/____

Assinatura do participante

Apêndice C

Questionário Sociodemográfico

Questionário sociodemográfico

1 – Sexo: ☐ Feminino ☐ Masculino 2 – Idade: _____ anos

3 – Estado Civil:

- ☐ Solteiro(a)
☐ Casado(a) / União de facto
☐ Divorciado(a) / Separado (a)
☐ Outra situação? Qual _____

4 – Profissão: ☐ Estudante ☐ Trabalhador - Estudante

Se é trabalhador-estudante, indique a sua profissão: _____

5 – Que curso é que frequenta? _____

6 – Universidade/Politécnico/Instituto: _____

7 – Indique o ano do curso que frequenta: _____

8 – Há quantos anos está nesta/e Universidade/Politécnico/Instituto: _____

9 – Se tem irmãos, indique quantos _____, idade(s) e sexo de cada um: _____

10 – Se tem filhos, indique quantos _____, idade(s) e sexo de cada um: _____

11 – Indique os elementos da sua família com quem reside:

- ☐ Pai
☐ Mãe
☐ Irmão(s)

Número de irmãos com quem reside: _____

- ☐ Marido/Mulher/Companheiro(a)
☐ Filho(s)

Número de filhos com quem reside: _____

☐ Outros elementos

Quem? _____

12 – No que respeita às pessoas com quem reside, assinale o que se aplica a si:

- ☐ Vivo sempre com a minha família
☐ Vivo com a minha família apenas nas férias e aos fins de semana

13 – Vive na mesma localidade onde frequenta o seu curso?

Sim ☐ Não ☐

13.1 – Se não vive na localidade onde frequenta o seu curso, a quantos quilómetros de distância se situa a sua residência habitual do local onde mora durante as aulas? _____

14 – Se não vive sempre com a sua família, com que regularidade vai a casa:

- ☐ Todos os fins de semana
☐ 2 vezes por mês
☐ 1 vez por mês
☐ Menos de 1 vez por mês

15 – Se não vive sempre com a sua família, assinale com quem reside:

- ☐ Sozinho
☐ Com companheiro(a)
☐ Com colegas
☐ Em casa de amigos
☐ Com familiares.

Indique quem: _____

15.1 – Foi a primeira vez que saiu de casa da família?

☐ Sim ☐ Não

15.2 – Já tinha saído de casa, sem a sua família, por curtos períodos (fim de semana; férias...)

☐ Sim ☐ Não

16 - Identifique as pessoas mais significativas na sua vida (sendo que “sim” significa que é significativa e “não” significa que não é significativa):		17 - Classifique a sua relação com cada um dos elementos apresentados na coluna da esquerda (sendo, 1-muito má, 2-má, 3-razoável, 4-boia e 5-muito boa):				
Pai	☐ Sim ☐ Não	1	2	3	4	5
		☐	☐	☐	☐	☐
Mãe	☐ Sim ☐ Não	1	2	3	4	5
		☐	☐	☐	☐	☐
Outro elemento? Quem? _____ (indique o grau a que lhe pertence, por ex. irmão(a), amigo(a), namorado(a))	☐ Sim ☐ Não	1	2	3	4	5
		☐	☐	☐	☐	☐
Outro elemento? Quem? _____ (indique o grau a que lhe pertence, por ex. irmão(a), amigo(a), namorado(a))	☐ Sim ☐ Não	1	2	3	4	5
		☐	☐	☐	☐	☐

Apêndice D

Tabela 12 – Caraterização Sociodemográfica da Amostra (continuação)

Tabela 12
Caracterização Sociodemográfica da Amostra (continuação)

Curso	Amostra Total	
	<i>n</i> = 356	%
Psicologia	19	5,3
Fisioterapia	19	5,3
Enfermagem	100	28,1
Ciências da Comunicação	1	0,3
Análise Clínicas	1	0,3
Qualidade e Tecnologia Alimentar	2	0,6
Engenharia	1	0,3
Enfermagem Veterinária	34	9,6
Engenharia Agronómica	13	3,7
Gestão Turística e Cultural	1	0,3
Biologia	1	0,3
Teatro e Educação	1	0,3
Desporto e Atividade Física	2	0,6
Reabilitação Psicomotora	1	0,3
Ciência e Tecnologia Animal	3	0,8
Tecnologias e Design de Multimédia	1	0,3
Gestão de Recursos Humanos	1	0,3
Comunicação Social	1	0,3
Gestão Industrial	1	0,3
Gestão de Empresas	31	8,7
Marketing	65	18,3
Educação Social	52	14,6
Ciências da Nutrição	5	1,4
Qualidade e Tecnologia Alimentar	2	0,6

Notas: n = número de sujeitos da amostra; % = percentagem

Apêndice E

Tabela 13 – Diferenças no EMBU, BSI, LESS e EVA em função da Qualidade da Relação com o Pai

Tabela 10

Diferenças no EMBU, BSI, LESS e EVA em função da Qualidade da Relação com o Pai

	Qualidade da Relação com o Pai		Diferenças Média (I – J)	p
	(I)	(J)		
RejPai	Muito Má/ Má/Razoável	Boa	3,119*	0,000
	Muito Má/ Má/Razoável	Muito Boa	4,861*	0,000
	Boa	Muito Boa	1,742*	0,000
SEPAi	Muito Má/ Má/Razoável	Boa	-5,299*	0,000
	Muito Má/ Má/Razoável	Muito Boa	-7,964*	0,000
	Boa	Muito Boa	-2,664*	0,000
BSI S	Muito Má/ Má/Razoável	Boa	0,930	0,316
	Muito Má/ Má/Razoável	Muito Boa	1,920*	0,004
	Boa	Muito Boa	0,990	0,086
BSI OC	Muito Má/ Má/Razoável	Boa	0,153	0,967
	Muito Má/ Má/Razoável	Muito Boa	1,266	0,073
	Boa	Muito Boa	1,112*	0,039
BSI SI	Muito Má/ Má/Razoável	Boa	0,889	0,159
	Muito Má/ Má/Razoável	Muito Boa	1,653*	0,001
	Boa	Muito Boa	0,763	0,078
BSI D	Muito Má/ Má/Razoável	Boa	0,854	0,398
	Muito Má/ Má/Razoável	Muito Boa	2,361*	0,000
	Boa	Muito Boa	1,507*	0,005
BSI A	Muito Má/ Má/Razoável	Boa	0,759	0,425
	Muito Má/ Má/Razoável	Muito Boa	1,903*	0,002
	Boa	Muito Boa	1,144*	0,027
BSI H	Muito Má/ Má/Razoável	Boa	-0,105	0,978
	Muito Má/ Má/Razoável	Muito Boa	1,299*	0,021
	Boa	Muito Boa	1,405*	0,001
BSI AF	Muito Má/ Má/Razoável	Boa	0,034	0,995
	Muito Má/ Má/Razoável	Muito Boa	0,625	0,160
	Boa	Muito Boa	0,591	0,073
BSI IP	Muito Má/ Má/Razoável	Boa	0,835	0,258
	Muito Má/ Má/Razoável	Muito Boa	1,532*	0,005
	Boa	Muito Boa	0,697	0,168
BSI P	Muito Má/ Má/Razoável	Boa	0,452	0,613
	Muito Má/ Má/Razoável	Muito Boa	1,245*	0,014
	Boa	Muito Boa	0,793	0,060
BSI IGS	Muito Má/ Má/Razoável	Boa	6,307	0,415
	Muito Má/ Má/Razoável	Muito Boa	17,804*	0,000
	Boa	Muito Boa	11,497*	0,005
NegEm	Muito Má/ Má/Razoável	Boa	1,188	0,864
	Muito Má/ Má/Razoável	Muito Boa	5,753*	0,019
	Boa	Muito Boa	4,564*	0,019
PosiEmo	Muito Má/ Má/Razoável	Boa	2,578	0,288
	Muito Má/ Má/Razoável	Muito Boa	4,745*	0,008
	Boa	Muito Boa	2,167	0,190
RecFam	Muito Má/ Má/Razoável	Boa	-1,119	0,091
	Muito Má/ Má/Razoável	Muito Boa	-3,785*	0,000
	Boa	Muito Boa	-2,665*	0,000
ComFam	Muito Má/ Má/Razoável	Boa	0,555	0,550
	Muito Má/ Má/Razoável	Muito Boa	2,160*	0,000
	Boa	Muito Boa	1,604*	0,000
DifFam	Muito Má/ Má/Razoável	Boa	1,260	0,077
	Muito Má/ Má/Razoável	Muito Boa	2,811*	0,000
	Boa	Muito Boa	1,550*	0,001
Ansied	Muito Má/ Má/Razoável	Boa	1,442	0,160
	Muito Má/ Má/Razoável	Muito Boa	1,794*	0,037
	Boa	Muito Boa	0,351	0,812
ConfPro	Muito Má/ Má/Razoável	Boa	-0,723	0,320
	Muito Má/ Má/Razoável	Muito Boa	-1,391*	0,008
	Boa	Muito Boa	-0,668	0,160
ConfOut	Muito Má/ Má/Razoável	Boa	1,218*	0,028
	Muito Má/ Má/Razoável	Muito Boa	1,204*	0,016
	Boa	Muito Boa	-0,013	0,999

Notas: *a diferença média é significativa ao nível de 0,05; p = nível de significância (p<0,05); RejPai = Dimensão Rejeição Pai do EMBU; SEPAi = Dimensão Suporte Emocional Pai do EMBU; BSI S = Somatização do BSI; BSI OC = Obsessões Compulsões do BSI; BSI SI = Sensibilidade Interpessoal do BSI; BSI D = Depressão do BSI; BSI A = Ansiedade do BSI; BSI H = Hostilidade do BSI; BSI AF = Ansiedade Fóbica do BSI; BSI IP = Ideação Paranoide do BSI; BSI P = Psicoticismo do BSI; BSI IGS = Índice Geral de Sintomas do BSI; NegEm = Visão Negativa da Emoções do LESS; PosiEm = Visão Positiva da Emoções do LESS; RecFam = Recursos Familiares do SCORE15; ComFam = Comunicação na Família do SCORE15; DifFam = Dificuldades Familiares do SCORE15; Ansied = Ansiedade da EVA; ConfPro = Conforto com a Proximidade da EVA; ConfOut = Confiança nos Outros da EVA

Apêndice F

Tabela 14 – Regressão linear múltipla de predição dos recursos familiares

Tabela 14
Regressão linear múltipla de predição dos recursos familiares

Preditores (VIs)	Recursos Familiares (SCORE15)			
	<i>p</i>	β	<i>F</i>	<i>R</i> ²
RejPai	0,026*	-0,208		
SEPai	0,010*	0,192		
RejMãe	0,261	-0,105		
SEMãe	0,056	0,143		
SobMãe	0,880	-0,008		
BSI S	0,801	-0,017		
BSI OC	0,141	-0,106		
BSI SI	0,115	0,134		
BSI D	0,202	-0,108	12,167	0,451
BSI A	0,202	0,103		
BSI H	0,035*	-0,145		
BSI AF	0,476	-0,045		
BSI IP	0,055	0,146		
BSI P	0,132	-0,122		
ConfPro	0,005*	0,143		
ConfOut	0,002*	-0,166		
Ansied	0,212	0,074		
NegEm	0,280	0,061		

Notas: *p* = nível de significância (**p*<0,05); β = beta; *F* = ANOVA; *R*² = coeficiente de determinação; RejPai = Dimensão Rejeição Pai do EMBU; SEPai = Dimensão Suporte Emocional Pai do EMBU; RejMãe = Dimensão Rejeição Mãe do EMBU; SEMãe = Dimensão Suporte Emocional Mãe do EMBU; SobMãe = Dimensão Sobreproteção Mãe do EMBU; BSI S = Somatização do BSI; BSI OC = Obsessões Compulsões do BSI; BSI SI = Sensibilidade Interpessoal do BSI; BSI D = Depressão do BSI; BSI A = Ansiedade do BSI; BSI H = Hostilidade do BSI; BSI AF = Ansiedade Fóbica do BSI; BSI IP = Ideação Paranoide do BSI; BSI P = Psicoticismo do BSI; ConfPro = Conforto com a Proximidade da EVA; ConfOut = Confiança nos Outros da EVA; Ansied = Ansiedade da EVA; NegEm = Visão Negativa das Emoções do LESS

Apêndice G

Tabela 15 – Regressão linear múltipla de predição da comunicação na família

Tabela 15
Regressão linear múltipla de predição da comunicação na família

Preditores (VIs)	Comunicação na Família (SCORE15)			
	<i>p</i>	β	<i>F</i>	<i>R</i> ²
RejPai	0,524	0,069		
SE Pai	0,255	-0,100		
RejMãe	0,007*	0,295		
SEM Mãe	0,124	0,135		
SobMãe	0,780	0,018		
BSI S	0,451	0,059		
BSI OC	0,675	0,035		
BSI SI	0,361	-0,090		
BSI D	0,129	0,149	5,121	0,245
BSI A	0,285	-0,099		
BSI H	0,101	0,131		
BSI IP	0,008*	0,235		
BSI P	0,084	0,163		
ConfPro	0,038*	-0,122		
ConfOut	0,456	0,046		
Ansied	0,467	0,051		
NegEm	0,775	-0,019		

Notas: *p* = nível de significância (**p*<0,05); β = beta; *F* = ANOVA; *R*² = coeficiente de determinação; RejPai = Dimensão Rejeição Pai do EMBU; SEPai = Dimensão Suporte Emocional Pai do EMBU; RejMãe = Dimensão Rejeição Mãe do EMBU; SEM Mãe = Dimensão Suporte Emocional Mãe do EMBU; SobMãe = Dimensão Sobreproteção Mãe do EMBU; BSI S = Somatização do BSI; BSI OC = Obsessões Compulsões do BSI; BSI SI = Sensibilidade Interpessoal do BSI; BSI D = Depressão do BSI; BSI A = Ansiedade do BSI; BSI H = Hostilidade do BSI; BSI IP = Ideação Paranoide do BSI; BSI P = Psicoticismo do BSI; ConfPro = Conforto com a Proximidade da EVA; ConfOut = Confiança nos Outros da EVA; Ansied = Ansiedade da EVA; NegEm = Visão Negativa das Emoções do LESS

Apêndice H

Tabela 16 – Regressão linear múltipla de predição das dificuldades familiares

Tabela 16
Regressão linear múltipla de predição das dificuldades familiares

Preditores (VIs)	Dificuldades Familiares (SCORE15)			
	<i>p</i>	β	<i>F</i>	<i>R</i> ²
RejPai	0,419	0,100		
SEPai	0,153	-0,139		
SobPai	0,747	-0,031		
RejMãe	0,122	0,190		
SEMãe	0,100	0,156		
SobMãe	0,764	0,030		
BSI S	0,188	0,101		
BSI OC	0,260	0,092		
BSI SI	0,099	-0,159		
BSI D	0,256	0,108	5,813	0,305
BSI A	0,911	0,010		
BSI H	0,149	0,112		
BSI AF	0,111	-0,116		
BSI IP	0,853	-0,016		
BSI P	0,173	0,126		
ConfPro	0,009*	-0,149		
ConfOut	0,148	0,087		
Ansied	0,335	0,065		
PosiEm	0,094	-0,129		
NegEm	0,212	0,101		

Notas: *p* = nível de significância (**p*<0,05); β = beta; *F* = ANOVA; *R*² = coeficiente de determinação; RejPai = Dimensão Rejeição Pai do EMBU; SEPai = Dimensão Suporte Emocional Pai do EMBU; SobPai = Dimensão Sobreproteção Pai do EMBU; RejMãe = Dimensão Rejeição Mãe do EMBU; SEMãe = Dimensão Suporte Emocional Mãe do EMBU; SobMãe = Dimensão Sobreproteção Mãe do EMBU; BSI S = Somatização do BSI; BSI OC = Obsessões Compulsões do BSI; BSI SI = Sensibilidade Interpessoal do BSI; BSI D = Depressão do BSI; BSI A = Ansiedade do BSI; BSI H = Hostilidade do BSI; BSI AF = Ansiedade Fóbica do BSI; BSI IP = Ideação Paranoide do BSI; BSI P = Psicoticismo do BSI; ConfPro = Conforto com a Proximidade da EVA; ConfOut = Confiança nos Outros da EVA; Ansied = Ansiedade da EVA; PosiEm = Visão Positiva das Emoções do LESSS; NegEm = Visão Negativa das Emoções do LESSS

Anexos

Anexo 1

Escala de Vinculação do Adulto (EVA, *Adult Attachment Scale-R*, Collins e Read, 1990;
tradução e adaptação portuguesa de Canavarro, 1995)

Escala de Vinculação do Adulto

EVA - M.C. Canavarro, 1995; Versão Portuguesa da *Adult Attachment Scale-R*; Collins & Read, 1990

Por favor leia com atenção cada uma das afirmações que se seguem e assinale o grau em que cada uma descreve a forma como se sente em relação às relações afectivas que estabelece. Pense em todas as relações (passadas e presentes) e responda de acordo com o que geralmente sente. Se nunca esteve afectivamente envolvido com um parceiro, responda de acordo com o que pensa que sentiria nesse tipo de situação.

	Nada característico em mim	Pouco característico em mim	Característico em mim	Muito característico em mim	Extremamente característico em mim
1. Estabeleço, com facilidade, relações com as pessoas.	☐	☐	☐	☐	☐
2. Tenho dificuldade em sentir-me dependente dos outros.	☐	☐	☐	☐	☐
3. Costumo preocupar-me com a possibilidade dos meus parceiros não gostarem verdadeiramente de mim.	☐	☐	☐	☐	☐
4. As outras pessoas não se aproximam de mim tanto quanto eu gostaria.	☐	☐	☐	☐	☐
5. Sinto-me bem dependendo dos outros.	☐	☐	☐	☐	☐
6. <u>Não</u> me preocupo pelo facto das pessoas se aproximarem muito de mim.	☐	☐	☐	☐	☐
7. Acho que as pessoas nunca estão presentes quando são necessárias.	☐	☐	☐	☐	☐
8. Sinto-me de alguma forma <u>desconfortável</u> quando me aproximo das pessoas.	☐	☐	☐	☐	☐
9. Preocupo-me frequentemente com a possibilidade dos meus parceiros me deixarem.	☐	☐	☐	☐	☐
10. Quando mostro os meus sentimentos, tenho medo que os outros não sintam o mesmo por mim.	☐	☐	☐	☐	☐
11. Pergunto frequentemente a mim mesmo se os meus parceiros realmente se importam comigo.	☐	☐	☐	☐	☐
12. Sinto-me bem quando me relaciono de forma próxima com outras pessoas.	☐	☐	☐	☐	☐
13. Fico <u>incomodado</u> quando alguém se aproxima emocionalmente de mim.	☐	☐	☐	☐	☐
14. Quando precisar, sinto que posso contar com as pessoas.	☐	☐	☐	☐	☐
15. Quero aproximar-me das pessoas mas tenho medo de ser magoado(a).	☐	☐	☐	☐	☐
16. Acho difícil confiar completamente nos outros.	☐	☐	☐	☐	☐
17. Os meus parceiros desejam frequentemente que eu esteja mais próximo deles do que eu me sinto confortável em estar.	☐	☐	☐	☐	☐
18. Não tenho a certeza de poder contar com as pessoas quando precisar delas.	☐	☐	☐	☐	☐

Anexo 2

EMBU Memórias de Infância (*Inventory for Assessing Memories of Parental Rearing Behaviour*; Perris, Jacobson, Lindstrom, Von Knorring e Perris, 1984; tradução e adaptação portuguesa de Canavarro, 1996)

EMBU

(C. Perris, L. Jacobsson; H. Lindstrom; L. Von Knorring & H. Perris; 1984)

Umea University (Department of Psychiatry & WHO Collaborating Centre for Research and Training in Mental Health); Groningen University (Department of Psychology); Universidade Técnica de Lisboa (Departamento de Educação Especial e Reabilitação); Universidade de Coimbra, Faculdade de Psicologia (Departamento de Terapêutica do Comportamento).

Memórias de Infância

INSTRUÇÕES: Em seguida ser-lhe-ão colocadas algumas questões relativas à sua infância e adolescência

É importante lembrar-se dos comportamentos dos seus pais em relação a si, tal como os recorda, até ter a idade de 16 anos. Mesmo que às vezes seja difícil relembrar como é que o nossos pais se comportavam em relação a nós, quando eramos crianças e adolescentes, cada um de nós tem certas memórias dos princípios por eles utilizados na nossa educação.

Leia cada questão cuidadosamente e considere qual a resposta que melhor se aplica ao seu caso. Responda separadamente, em relação ao comportamento da sua mãe e do seu pai, colocando, para cada questão, uma X num dos quadrados em frente a **Pai**, para avaliar o comportamento do seu pai e outra num dos quadrados em frente a **Mãe**, para avaliar o comportamento da sua mãe.

Por exemplo:

		Não, nunca	Sim, ocasionalmente	Sim, frequentemente	Sim, a maior parte do tempo
Os meus pais eram amáveis comigo	Pai	☐	☐	☒	☐
	Mãe	☐	☒	☐	☐

		Não, nunca	Sim, ocasionalmente	Sim, frequentemente	Sim, a maior parte do tempo
1. Os meus pais eram severos ou zangavam-se comigo sem me explicarem porquê	Pai	☐	☐	☐	☐
	Mãe	☐	☐	☐	☐
2. Os meus pais elogiavam-me	Pai	☐	☐	☐	☐
	Mãe	☐	☐	☐	☐
3. Desejava que os meus pais se preocupassem menos com o que eu fazia	Pai	☐	☐	☐	☐
	Mãe	☐	☐	☐	☐
4. Os meus pais deram-me mais castigos físicos do que eu merecia	Pai	☐	☐	☐	☐
	Mãe	☐	☐	☐	☐
5. Quando chegava a casa tinha de contar tudo o que tinha feito	Pai	☐	☐	☐	☐
	Mãe	☐	☐	☐	☐
6. Os meus pais contribuíram para que a adolescência fosse uma época de aprendizagens importantes, na minha vida.	Pai	☐	☐	☐	☐
	Mãe	☐	☐	☐	☐
7. Os meus pais criticavam-me à frente dos outros	Pai	☐	☐	☐	☐
	Mãe	☐	☐	☐	☐
8. Os meus pais proibiam-me de fazer coisas que a outras crianças eram permitidas por terem medo que me pudesse acontecer alguma coisa	Pai	☐	☐	☐	☐
	Mãe	☐	☐	☐	☐

		Não, nunca	Sim, ocasionalmente	Sim, frequentemente	Sim, a maior parte do tempo
9. Os meus pais incentivavam-me a sobressair em tudo o que eu fazia	Pai Mãe	☐	☐	☐	☐
10. Através do seu comportamento, parecendo tristes, por exemplo, os meus pais faziam-me sentir culpado por os tratar mal	Pai Mãe	☐	☐	☐	☐
11. Eu penso que a ansiedade dos meus pais de que alguma coisa me pudesse acontecer era exagerada	Pai Mãe	☐	☐	☐	☐
12. Se as coisas me corressem mal, eu sentia que os meus pais me tentavam confortar e encorajar	Pai Mãe	☐	☐	☐	☐
13. Eu era tratado(a) como a «ovelha ranhosa» ou como o «bode expiatório» da família	Pai Mãe	☐	☐	☐	☐
14. Os meus pais mostravam com gestos e palavras que gostavam de mim	Pai Mãe	☐	☐	☐	☐
15. Eu sentia que os meus pais gostavam mais do(s) meu(s) irmão(s) e/ou irmã(s) do que de mim	Pai Mãe	☐	☐	☐	☐
16. Os meus pais faziam-me sentir vergonha de mim mesmo	Pai Mãe	☐	☐	☐	☐
17. Os meus pais não se preocupavam muito com as minhas saídas.	Pai Mãe	☐	☐	☐	☐
18. Sentia que os meus pais interferiam com tudo aquilo que eu fazia	Pai Mãe	☐	☐	☐	☐
19. Sentia que havia ternura, entre mim e os meus pais.	Pai Mãe	☐	☐	☐	☐
20. Os meus pais estipulavam limites sobre o que me era permitido e sobre o que não me era permitido fazer, que seguiam rigorosamente	Pai Mãe	☐	☐	☐	☐
21. Os meus pais castigavam-me mesmo por pequenos erros	Pai Mãe	☐	☐	☐	☐
22. Os meus pais é que decidiam sobre como eu me devia vestir ou parecer	Pai Mãe	☐	☐	☐	☐
23. Eu sentia que os meus pais ficavam orgulhosos quando eu era bem sucedido(a) em qualquer coisa na qual me havia empenhado	Pai Mãe	☐	☐	☐	☐

Anexo 3

Systemic Clinical Outcome and Routine Evaluation (SCORE-15; Stratton, Bland, Janes e Lask, 2010; tradução e adaptação portuguesa de Relvas, Vilaça, Sotero, Cunha e Portugal, 2010)

SCORE-15

(P. Stratton, J. Bland, E. Janes & J. Lask, 2010)

Traduzido por A. P. Relvas, M. Vilaça, L. Sotero, D. Cunha & A. Portugal, 2010

Código do Local Nr. da família Posição no agregado

Descreva a sua família (Data __/__/__)

Solicitamos que nos descreva a forma como vê a sua família neste momento. Por isso, pedimos-lhe a SUA opinião sobre a sua família.

Quando dizemos “a sua família” referimo-nos às pessoas que vivem em sua casa. Neste sentido, pedimos que reflita sobre a família que irá descrever antes de começar o preenchimento.

Para cada item coloque um visto (✓) apenas num dos quadrados numerados de 1 a 5.

Se a frase “Estamos sempre a discutir entre nós” não caracteriza adequadamente a sua família, deverá responder com visto (✓) no quadrado 4, que diz respeito à resposta “Descreve-nos: Mal”.

☐	☐	☐	☒	☐
--------------------------	--------------------------	--------------------------	-------------------------------------	--------------------------

Evite refletir aprofundadamente acerca da resposta, mas procure responder a todas as questões apresentadas.

Como diria que cada afirmação <u>descreve a sua família?</u>	1. Descreve-nos: Muito bem	2. Descreve-nos: Bem	3. Descreve-nos: Em parte	4. Descreve-nos: Mal	5. Descreve-nos: Muito mal
1) Na minha família, falamos uns com os outros sobre coisas que têm interesse para nós	☐	☐	☐	☐	☐
2) Na minha família muitas vezes não se diz a verdade uns aos outros	☐	☐	☐	☐	☐
3) Todos nós somos ouvidos na nossa família	☐	☐	☐	☐	☐
4) Sinto que é arriscado discordar na nossa família	☐	☐	☐	☐	☐
5) Sentimos que é difícil enfrentar os problemas do dia-a-dia	☐	☐	☐	☐	☐
6) Confiamos uns nos outros	☐	☐	☐	☐	☐
7) Sentimo-nos muito infelizes na nossa família	☐	☐	☐	☐	☐
8) Na minha família, quando as pessoas se zangam, ignoram-se intencionalmente	☐	☐	☐	☐	☐
9) Na minha família parece que surgem crises umas atrás das outras	☐	☐	☐	☐	☐
10) Quando um de nós está aborrecido/perturbado é apoiado pela família	☐	☐	☐	☐	☐
11) As coisas parecem correr sempre mal para a minha família	☐	☐	☐	☐	☐
12) As pessoas da minha família são desagradáveis umas com as outras	☐	☐	☐	☐	☐
13) Na minha família as pessoas interferem demasiado na vida umas das outras	☐	☐	☐	☐	☐
14) Na minha família culpamo-nos uns aos outros quando as coisas correm mal	☐	☐	☐	☐	☐
15) Somos bons a encontrar novas formas de lidar com as dificuldades	☐	☐	☐	☐	☐

Anexo 4

Escala de Esquemas Emocionais (LESS, *Leahy Emotional Schemas Scale*; Leahy, 2002, 2003; tradução e adaptação portuguesa de Dinis e Pinto-Gouveia, 2006)

(Leahy, 2002a, 2003a)
(versão portuguesa de Dinis & Pinto-Gouveia, 2006)

Estamos interessados em saber como as pessoas lidam com os seus sentimentos e emoções _ por exemplo, como lidam com os sentimentos de raiva, tristeza, ansiedade ou sexuais. Todos nós diferimos quanto ao modo como lidamos com estes sentimentos. Logo não há respostas correctas ou erradas.

Por favor leia cuidadosamente cada afirmação e assinale para cada uma delas, usando a escala indicada abaixo, o modo como lidou com os seus sentimentos durante o último mês. Coloque o número da sua resposta no espaço que se encontra reservado imediatamente depois de cada afirmação.

Totalmente Falsa	Moderadamente Falsa	Ligeiramente Falsa	Ligeiramente Verdadeira	Moderadamente Verdadeira	Totalmente Verdadeira
1	2	3	4	5	6
1. Quando me sinto “em baixo”, tento pensar num modo diferente de ver as coisas.					
2. Quando tenho um sentimento que me perturba tento encontrar razões que mostrem que ele não é importante.					
3. Penso frequentemente que respondo às situações com sentimentos que outras pessoas no meu lugar não teriam.					
4. Há sentimentos que são errados ter.					
5. Há coisas sobre mim que eu simplesmente não compreendo.					
6. Eu acredito que é importante permitir-me chorar, para que os meus sentimentos possam “sair cá para fora”.					
7. Receio vir a perder o controlo se me permitir ter certo tipo de sentimentos.					
8. Os outros compreendem e aceitam os meus sentimentos.					
9. Não te podes permitir ter certo tipo de sentimentos _ tais como sentimentos de sexo e de violência.					
10. Os meus sentimentos não fazem sentido para mim.					
11. Se as outras pessoas mudassem, eu sentir-me-ia muito melhor.					
12. Eu penso que não tenho uma verdadeira consciência de alguns dos meus sentimentos.					
13. Por vezes receio que se me permitir ter um sentimento forte ele tome conta de mim (não desapareça).					
14. Tenho vergonha dos meus sentimentos.					
15. Há coisas que perturbam outras pessoas, mas que não me perturbam a mim.					
16. Ninguém se importa realmente com o que eu sinto.					
17. Em relação aos meus sentimentos, considero mais importante ser racional e prático (α) do que ser sensível e aberto (α), a eles.					
18. Não aguento ter sentimentos contraditórios _ por exemplo, simultaneamente sentir que gosto e não gosto de determinada pessoa.					
19. Comparativamente às outras pessoas, considero-me muito mais sensível.					
20. Quando tenho um sentimento desagradável, tento logo livrar-me dele.					

21. Quando me sinto em baixo, tento pensar nas coisas mais importantes da vida_ no que eu valorizo.						
22. Quando me sinto em baixo, questiono-me sobre os meus valores.						
23. Sinto que posso expressar abertamente os meus sentimentos.						
24. Digo muitas vezes para mim mesmo (a): "O que é que há de errado						
25. Quando penso sobre mim mesmo acho-me insignificante.						
26. Quero que os outros acreditem que sou diferente daquilo que eu verdadeiramente sinto que sou.						
27. Preocupo-me com a possibilidade de não ser capaz de controlar os meus sentimentos.						
28. Tu tens que te proteger de ter determinados sentimentos.						
29. Os sentimentos fortes têm uma curta duração.						
30. Não podes confiar nos teus sentimentos para saberes o que é melhor para						
31. Não devia ter alguns dos sentimentos que tenho.						
32. Sinto-me frequentemente emocionalmente anestesiado (a)_ como se não tivesse sentimentos.						
33. Penso que os meus sentimentos são estranhos ou esquisitos.						
34. Há pessoas que me causam sentimentos desagradáveis.						
35. Fico incomodado (a), ou confuso (a), quando tenho sentimentos contraditórios acerca de alguém.						
36. Quando eu tenho um sentimento que me perturba, tento pensar noutra coisa em que possa pensar ou fazer.						
37. Quando me sinto em baixo, reflecto muito comigo mesmo (a) acerca da forma como me sinto (do que estou a sentir).						
38. Gosto de ter certeza acerca do que sinto por outra pessoa.						
39. Toda a gente tem sentimentos iguais aos meus.						
40. Aceito os meus sentimentos.						
41. Penso que tenho os mesmos sentimentos que os outros.						
42. Há valores superiores que aspiro (procuro) alcançar.						
43. Penso que os meus actuais sentimentos nada têm a ver com o modo como fui criado (a).						
44. Se tiver certos sentimentos posso enlouquecer e isso preocupa-me muito.						
45. Os meus sentimentos parecem vir do nada (sem razão aparente).						
46. Penso que é importante ser lógico e racional perante quase tudo.						
47. Gosto de ter certeza daquilo que sinto acerca de mim.						
48. Presto muita atenção aos meus sentimentos ou às minhas sensações corporais/ físicas.						
49. Não quero que ninguém conheça alguns dos meus sentimentos.						
50. Não quero admitir que tenho certos sentimentos_ embora saiba que os tenho.						

Anexo 5

Inventário de Sintomas Psicopatológicos (BSI, *Brief Symptom Inventory*; Derogatis, 1982; tradução e adaptação portuguesa de Canavarro, 1995,1999)

BSI

L.R. Derogatis, 1993; Versão: M.C. Canavarro, 1995

A seguir encontra-se uma lista de problemas ou sintomas que por vezes as pessoas apresentam. Assinale, num dos espaços à direita de cada sintoma, aquele que melhor descreve o GRAU EM QUE CADA PROBLEMA O INCOMODOU DURANTE A ÚLTIMA SEMANA. Para cada problema ou sintoma marque apenas um espaço com uma cruz. Não deixe nenhuma pergunta por responder.

Em que medida foi incomodado pelos seguintes sintomas:	Nunca	Poucas vezes	Algumas vezes	Muitas vezes	Muitíssimas vezes
1. Nervosismo ou tensão interior					
2. Desmaios ou tonturas					
3. Ter a impressão que as outras pessoas podem controlar os seus pensamentos					
4. Ter a ideia que os outros são culpados pela maioria dos seus problemas					
5. Dificuldade em se lembrar de coisas passadas ou recentes					
6. Aborrecer-se ou irritar-se facilmente					
7. Dores sobre o coração ou no peito					
8. Medo na rua ou praças públicas					
9. Pensamentos de acabar com a vida					
10. Sentir que não pode confiar na maioria das pessoas					
11. Perder o apetite					
12. Ter um medo súbito sem razão para isso					
13. Ter impulsos que não se podem controlar					
14. Sentir-se sozinho mesmo quando está com mais pessoas					
15. Dificuldade em fazer qualquer trabalho					
16. Sentir-se sozinho					
17. Sentir-se triste					
18. Não ter interesse por nada					
19. Sentir-se atemorizado					
20. Sentir-se facilmente ofendido nos seus sentimentos					
21. Sentir que as outras pessoas não são amigas ou não gostam de si					
22. Sentir-se inferior aos outros					
23. Vontade de vomitar ou mal-estar do estômago					
24. Impressão de que os outros o costumam observar ou falar de si					
25. Dificuldade em adormecer					
26. Sentir necessidade de verificar várias vezes o que faz					

Em que medida foi incomodado pelos seguintes sintomas:	Nunca	Poucas vezes	Algumas vezes	Muitas vezes	Muitíssimas vezes
27. Dificuldade em tomar decisões					
28. Medo de viajar de autocarro, de comboio ou de metro					
29. Sensação de que lhe falta o ar					
30. Calafrios ou afrontamentos					
31. Ter de evitar certas coisas, lugares ou actividades por lhe causarem medo					
32. Sensação de vazio na cabeça					
33. Sensação de anestesia (encortiçamento ou formigueiro) no corpo					
34. Ter a ideia que deveria ser castigado pelos seus pecados					
35. Sentir-se sem esperança perante o futuro					
36. Ter dificuldade em se concentrar					
37. Falta de forças em partes do corpo					
38. Sentir-se em estado de tensão ou aflição					
39. Pensamentos sobre a morte ou que vai morrer					
40. Ter impulsos de bater, ofender ou ferir alguém					
41. Ter vontade de destruir ou partir coisas					
42. Sentir-se embaraçado junto de outras pessoas					
43. Sentir-se mal no meio das multidões como lojas, cinemas ou assembleias					
44. Grande dificuldade em sentir-se "próximo" de outra pessoa					
45. Ter ataques de terror ou pânico					
46. Entrar facilmente em discussão					
47. Sentir-se nervoso quando tem que ficar sozinho					
48. Sentir que as outras pessoas não dão o devido valor ao seu trabalho ou às suas capacidades					
49. Sentir-se tão desassossegado que não consegue manter-se sentado quieto					
50. Sentir que não tem valor					
51. A impressão de que, se deixasse, as outras pessoas se aproveitariam de si					
52. Ter sentimentos de culpa					
53. Ter a impressão de que alguma coisa não regula bem na sua cabeça					