



Inflexibilidade Psicológica:
Validação do Questionário de Evitamento Experiencial e Fusão Cognitiva
para Adolescentes
AFQ-Y

Ana Marta Barreirinhas dos Santos

Dissertação Apresentada ao I.S.M.T. para Obtenção do Grau de Mestre em Psicologia Clínica
do Ramo Psicoterapia e Psicologia Clínica

Orientadora: Professora Doutora, Marinha Cunha

Coimbra, Setembro de 2010

À memória dos meus avós

Aos meus pais e irmã

Ao meu namorado

Agradecimentos

Agradeço à Dr.^a. Marina Cunha, minha orientadora, pela disponibilidade, ensinamentos, incentivos, ajuda e dedicação incondicional. Pela partilha do saber e valioso contributo na elaboração desta dissertação, sem a Dr.^a. Marina Cunha não teria sido possível, muito obrigada!

À escola Secundária Afonso Lopes Vieira em Leiria e à escola 2º e 3º Ciclo da Venda do Pinheiro pela disponibilidade, abertura e apoio proporcionados, que possibilitou a elaboração deste trabalho.

Aos meus pais, Albano e Fernanda e à minha irmã Diana, pelas palavras de incentivo e encorajamento valorizando o meu potencial, nos momentos mais difíceis. Sem vocês não teria esta oportunidade de lutar pelos meus sonhos e objectivos.

Ao meu namorado, Tiago, por todo o incentivo, carinho, companheirismo durante todo este longo percurso. Obrigada por sempre acreditares nas minhas capacidades e por todo o amor e dedicação.

A minha profunda gratidão aos meus amigos Joana Simões, Adriana Araújo Ana Marina, sem vocês não teria tido a mesma força de vontade, obrigada pelo apoio amigas. Obrigada também à Hélia, companheira de reuniões de tese, obrigada pelo incentivo. Obrigada à Ana Filipa e à Maggie pelas palavras de conforto e apoio.

Agradeço ainda aos restantes familiares, principalmente à Andreia Rodrigues pela ajuda, apoio, incentivo, colaboração e encorajamento, obrigada prima.

Agradeço por todo o apoio, palavras de incentivo constantes, carinho e amizade, pela oportunidade de crescimento académico e também pessoal.

A Todos, Muito Obrigada!

Resumo:

O presente trabalho, destinou-se à validação do *Avoidance and Fusion Questionnaire for Youth - AFQ- Y* (Greco, Baer, & Lambert, 2008), traduzido por Questionário de Evitamento Experiencial e Fusão Cognitiva para Adolescentes. Isto porque, na prática clínica, se verifica uma escassez de instrumentos de auto-resposta que avaliam estes constructos, caracterizadores da inflexibilidade psicológica.

A amostra do nosso estudo consiste em 461 adolescentes, com idades compreendidas entre os 12 e os 18 anos, a frequentar o 3º ciclo do ensino básico e ensino secundário de escolas situadas em meio rural e urbano. Para além do citado instrumento a validar, os jovens preencheram também outras medidas de sintomas psicopatológicos e de percepção do seu auto-conceito social; nomeadamente, o Inventário Depressivo para Crianças (CDI; Kovacs, 1985), a Escala Revista de Ansiedade Manifesta para Crianças (RCMAS; Reynolds & Richmond, 1978) e a Escala de Comparação Social (SCS; Allan, & Gilbert, 1995), bem como uma medida de um construto semelhante referente à aceitação e *mindfulness* em crianças (CAMM; Greco, Baer & Lambert, 2008).

Os resultados obtidos mostram que o questionário possui uma boa consistência interna, uma adequada estabilidade temporal, assim como uma boa validade. Sugerem ainda tratar-se de uma escala unidimensional. Estes dados permitem o avanço da psicologia, no que diz respeito à prática clínica com adolescentes, nomeadamente no domínio das chamadas terapias de terceira geração em Portugal.

São apresentados e discutidos os dados normativos para a população portuguesa. Não obstante às limitações apontadas, os resultados sugerem que o AFQ-Y é um questionário útil na avaliação da inflexibilidade psicológica em adolescentes.

Palavras-chave: Inflexibilidade Psicológica, Fusão Cognitiva, Evitamento Experiencial, Adolescentes, Terapia de Aceitação e Compromisso (*Mindfulness*)

Abstract:

This work was intended to validate the *Avoidance and Fusion Questionnaire for Youth AFQ-Y* (Greco, Baer, & Lambert, 2008), translated by Questionário de Evitamento

Experiencial e Fusão Cognitiva para Adolescentes. Because, in clinical practice, there is a shortage of instruments for self-assessing this construct response, characterizing the psychological inflexibility.

In our study the sample consists of 461 adolescents, aged between 12 and 18 years, to attend the 3rd cycle of basic education and secondary education schools in village and urban areas. Apart from that instrument to validate young people also completed other measures of psychopathology and perception of their social self-concept, namely that the Children's Depression Inventory (CDI, Kovacs, 1985), Revised Children's Manifest Anxiety Scale (RCMAS, Reynolds & Richmond, 1978) and the Scale of Social Comparison (SCS; Allan & Gilbert, 1995) as well as a measure of a construct similar regarding the Children's Acceptance and Mindfulness Measure (CAMM; Greco, Baer & Lambert, 2008).

The results show that the questionnaire has good internal consistency, adequate time stability and a good validity. They also suggest that this is a one-dimensional scale. These data allow the advancement of psychology in relation to clinical practice with adolescents, particularly in the area of so-called third-generation therapies in Portugal.

Are presented and discussed the normative data for the Portuguese population. Despite the limitations mentioned, the results suggest that the FQA-Y is a questionnaire useful in assessing the psychological inflexibility in adolescents.

Keywords: Psychological Inflexibility, Fusion, Avoidance, Teens, Acceptance and Commitment Therapy (Mindfulness)