Apêndices

Apêndice A - Pedidos de autorizações aos autores dos instrumentos

Pedido de autorização para utilização da EVEI

Patrícia Silva <silvapatricia9503@gmail.com> quinta, 22/11/2018, 19:29
para Ana

Exma. Senhora Professora Doutora Ana Galhardo,

Eu, Patrícia da Silva, aluna do 2ºano de Mestrado em Psicologia Clínica, do Instituto Superior Miguel Torga (Coimbra), venho por este meio solicitar a autorização para a utilização do instrumento Escala de Vergonha Interna e Externa. Caso seja positiva a resposta agradeço ainda o favor de enviar a referida escala e os materiais de suporte (artigos e cotação), a fim de dar seguimento à minha dissertação de mestrado sobre a adaptação e validação desta escala em adolescentes, sob orientação da Professora Doutora Marina Cunha.

Agradeço a sua colaboração, ficando a aguardar resposta.

Com os melhores cumprimentos,

Patrícia da Silva

Ana Galhardo <anamargaridagalhardo@gmail.com> sexta, 23/11/2018, 05:58
para eu

Bom dia Patrícia,

Agradeço o seu contacto e interesse pelo uso da EVEI. Em anexo segue a escala assim como um documento com informação relativa às características psicométricas. De momento o artigo encontra-se submetido pelo que não poderemos ainda disponibilizá-lo.
Votos de bom trabalho!
Ana Galhardo
Clinical Psychologist, PhD
Assistant Professor - ISMT, Coimbra
Associate Researcher - CINEICC, University of Coimbra, Portugal

Pedido de autorização para utilização da EADS-21

Patrícia Silva <silvapatricia9503@gmail.com> quinta, 22/11/2018, 19:14
para jlpr

Exmo. Senhor Professor Doutor José Luís Pais Ribeiro,

Somos alunas do 2ºano de Mestrado em Psicologia Clínica (Ramo de Terapias Cognitivo-Comportamentais), do Instituto Superior Miguel Torga (Coimbra), e vimos, por este meio solicitar a autorização para a utilização do instrumento EADS-21 (versão adaptada para crianças e adolescentes). Caso seja positiva a resposta agradecemos ainda o favor de nos enviar a escala e os materiais de suporte (artigos e cotação), a fim de dar seguimento a dois projetos de investigação sobre a avaliação de aspetos emocionais na adolescência, sob orientação da Professora Doutora Marina Cunha.

Agradecemos a sua colaboração, ficando a aguardar resposta.

Com os melhores cumprimentos,

Patrícia da Silva e Ângela Henriques

Sent: Thursday, November 29, 2018 11:16 AM
To: Isabel M. Leal
Subject: Pedido de autorização para utilização da EADS-21

Exma. Senhora Professora Doutora Isabel Leal,

Somos alunas do 2ºano de Mestrado em Psicologia Clínica (Ramo de Terapias Cognitivo-Comportamentais), do Instituto Superior Miguel Torga (Coimbra), e vimos, por este meio solicitar a autorização para a utilização do instrumento EADS-C (versão adaptada para crianças e adolescentes). Caso seja positiva a resposta agradecemos ainda o favor de nos enviar a escala e os materiais de suporte (artigos e cotação), a fim de dar seguimento a dois projetos de investigação sobre a avaliação de aspetos emocionais na adolescência, sob orientação da Professora Doutora Marina Cunha.

Agradecemos a sua colaboração, ficando a aguardar resposta.

Com os melhores cumprimentos,

Patrícia da Silva e Ângela Henriques

Isabel Leal <isabelpereiraleal@gmail.com> quinta, 29/11/2018, 11:54
para eu

Patricia e Angela,

Em anexo vai o artigo que pretendem. Contem no final a escala.
Dou-vos autorização para usarem.
Votos de bom trabalho.

Pedido de autorização para utilização da FSCRS-A

Pedido de autorização para utilização da Escala das Formas do Autocriticismo e de Autotranquilização para adolescentes (FSCRS-A) Caixa de entrada ×

Patrícia Silva <silvapatricia9503@gmail.com> quinta, 22/11/2018, 19:17

para ceu

Exma. Senhora Professora Doutora Maria do Céu Salvador,

Somos alunas do 2ºano de Mestrado em Psicologia Clínica (Ramo de Terapias Cognitivo-Comportamentais), do Instituto Superior Miguel Torga (Coimbra), e vimos, por este meio solicitar a autorização para a utilização do instrumento FSCRS-A. Caso seja positiva a resposta agradecemos ainda o favor de nos enviar a escala e os materiais de suporte (artigos e cotação), a fim de dar seguimento a dois projetos de investigação sobre a avaliação de aspetos emocionais na adolescência, sob orientação da Professora Doutora Marina Cunha.

Agradecemos a sua colaboração, ficando a aguardar resposta.

Com os melhores cumprimentos,

Patrícia da Silva e Ângela Henriques

Maria Céu Salvador <ceu@fpce.uc.pt> sexta, 7/12/2018, 07:07

para eu

Caras Patrícia e Angela

Junto envio a escala solicitada.

Como estamos ainda a trabalhar no artigo, envio a informação da teses da aluna que a estudou.

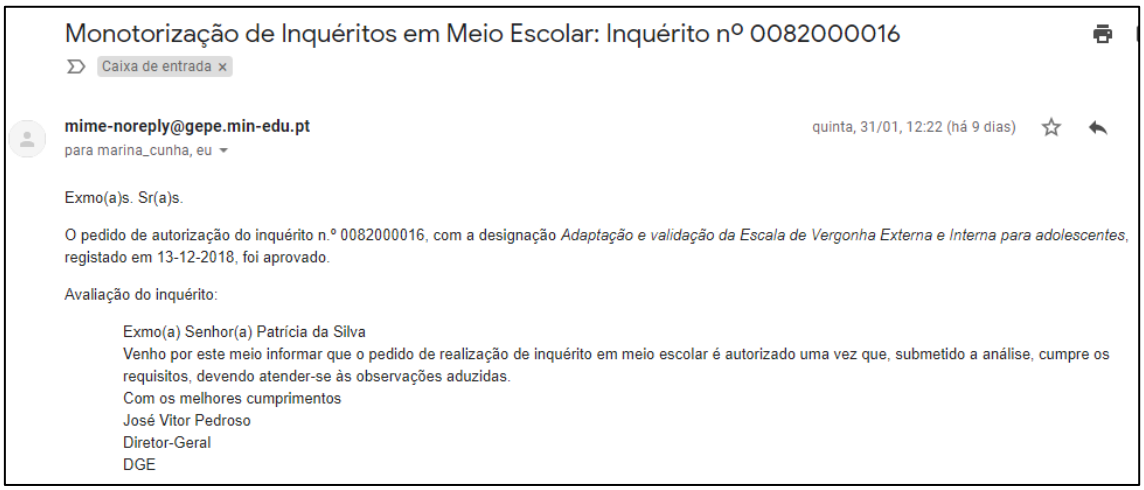
Espero que ajude.

Os melhores cumprimentos

Maria do Céu Salvador

Apêndice B- Resposta da aprovação da DGE do projeto apresentado para a realização do estudo em meio escolar (email)

Resposta da aprovação da DGE



Monotorização de Inquéritos em Meio Escolar: Inquérito nº 0082000016

Caixa de entrada ×

mime-noreply@gepe.min-edu.pt quinta, 31/01, 12:22 (há 9 dias)

para marina_cunha, eu

Exmo(a)s. Sr(a)s.

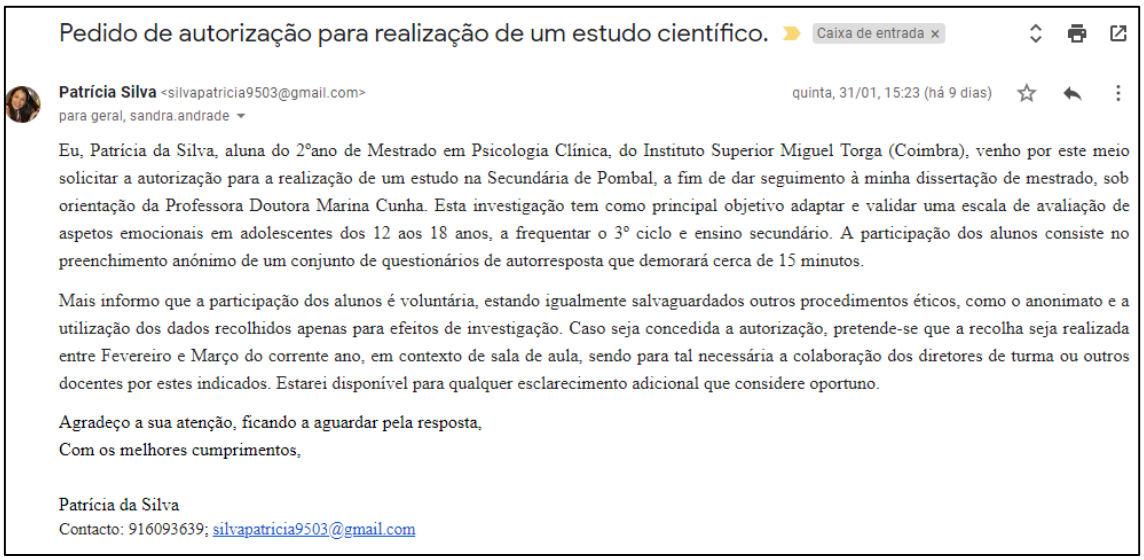
O pedido de autorização do inquérito n.º 0082000016, com a designação *Adaptação e validação da Escala de Vergonha Externa e Interna para adolescentes*, registado em 13-12-2018, foi aprovado.

Avaliação do inquérito:

> Exmo(a) Senhor(a) Patrícia da Silva
> Venho por este meio informar que o pedido de realização de inquérito em meio escolar é autorizado uma vez que, submetido a análise, cumpre os requisitos, devendo atender-se às observações aduzidas.
> Com os melhores cumprimentos
> José Vitor Pedroso
> Diretor-Geral
> DGE

Apêndice C - Pedido de autorização à escola pública para a aplicação dos instrumentos

Pedido de autorização à escola para realização de um estudo científico



Pedido de autorização para realização de um estudo científico. Caixa de entrada ×

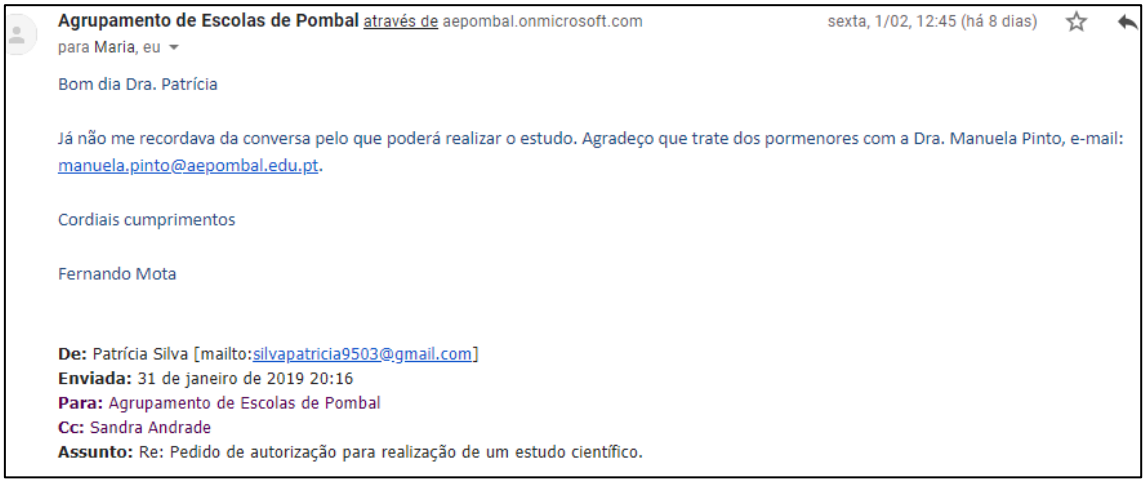
Patrícia Silva <silvapatricia9503@gmail.com> quinta, 31/01, 15:23 (há 9 dias)
para geral, sandra.andrade

Eu, Patrícia da Silva, aluna do 2ºano de Mestrado em Psicologia Clínica, do Instituto Superior Miguel Torga (Coimbra), venho por este meio solicitar a autorização para a realização de um estudo na Secundária de Pombal, a fim de dar seguimento à minha dissertação de mestrado, sob orientação da Professora Doutora Marina Cunha. Esta investigação tem como principal objetivo adaptar e validar uma escala de avaliação de aspetos emocionais em adolescentes dos 12 aos 18 anos, a frequentar o 3º ciclo e ensino secundário. A participação dos alunos consiste no preenchimento anónimo de um conjunto de questionários de autorresposta que demorará cerca de 15 minutos.

Mais informo que a participação dos alunos é voluntária, estando igualmente salvaguardados outros procedimentos éticos, como o anonimato e a utilização dos dados recolhidos apenas para efeitos de investigação. Caso seja concedida a autorização, pretende-se que a recolha seja realizada entre Fevereiro e Março do corrente ano, em contexto de sala de aula, sendo para tal necessária a colaboração dos diretores de turma ou outros docentes por estes indicados. Estarei disponível para qualquer esclarecimento adicional que considere oportuno.

Agradeço a sua atenção, ficando a aguardar pela resposta,
Com os melhores cumprimentos,

Patrícia da Silva
Contacto: 916093639; silvapatricia9503@gmail.com



Agrupamento de Escolas de Pombal através de aepombal.onmicrosoft.com sexta, 1/02, 12:45 (há 8 dias)
para Maria, eu

Bom dia Dra. Patrícia

Já não me recordava da conversa pelo que poderá realizar o estudo. Agradeço que trate dos pormenores com a Dra. Manuela Pinto, e-mail: manuela.pinto@aepombal.edu.pt.

Cordiais cumprimentos

Fernando Mota

De: Patrícia Silva [mailto:silvapatricia9503@gmail.com]
Enviada: 31 de janeiro de 2019 20:16
Para: Agrupamento de Escolas de Pombal
Cc: Sandra Andrade
Assunto: Re: Pedido de autorização para realização de um estudo científico.

Apêndice D - Consentimento Informado dirigido aos Encarregados de Educação

Pedido de Autorização

Caro/a Encarregado/a de Educação,

No âmbito da dissertação do curso de Mestrado em Psicologia Clínica, do Instituto Superior Miguel Torga (Coimbra), foi definido um projeto de investigação que visa validar um questionário de avaliação de sentimentos e emoções associados à forma como os adolescentes se vêm a si próprios e/ou como julgam que os outros o vêm.

Desta forma, venho solicitar a autorização para proceder à aplicação ao/à vosso/a educando/a de instrumentos de autorresposta, os quais se destinam a testar a confiabilidade, dimensionalidade e validade do referido instrumento. Comprometemo-nos a garantir a confidencialidade de todas as informações prestadas, as quais apenas serão utilizadas neste trabalho de natureza científica. A participação é voluntária, anónima e, em qualquer momento, pode ser abandonada, caso o/a vosso/a educando/a o desejar.

Disponibilizo o meu contacto para qualquer esclarecimento que considere útil.

_____

Patrícia da Silva (Mestranda em Psicologia Clínica)

E-mail: silvapatricia9503@gmail.com **Tefef:**916093638

Eu, _____ Encarregado de Educação do aluno _____ do ___º ano, turma: ____ autorizo o/a meu/minha educando/a a participar na referida investigação no âmbito do curso de Mestrado em Psicologia Clínica.

Assinatura Encarregado Educação: _____:

_____ de _____ de 2018

Apêndice E - Protocolo de Investigação

Breve Explicação do Estudo

Este estudo visa adaptar e validar para a população portuguesa um instrumento de avaliação da vergonha externa e interna, para este objetivo é necessário que preenchas um conjunto de instrumentos que se seguem, que demorará aproximadamente 15 minutos. É garantida a confidencialidade e o anonimato das informações fornecidas pelos participantes (o que significa que não tens de colocar o teu nome em qualquer momento) e os dados recolhidos destinam-se exclusivamente para fins desta investigação.

A tua participação é totalmente voluntária e podes decidir deliberadamente se pretendes ou não participar. Se, em algum momento, optares por não continuar, és livre de desistir e entregar o protocolo, não te acontece nada! Isto não é uma avaliação! Não existem riscos ou quaisquer consequências negativas associadas à tua participação, nem há respostas certas ou erradas. O que interessa é o que tu pensas ou sentes!

Os questionários apenas são válidos quando preenchidos por completo, por isso pedimos-te que tenhas muita atenção para não deixares nenhuma pergunta para trás.

Muito obrigada pela tua colaboração!

Consentimento Informado

Declaro que fui esclarecido(a) acerca dos objetivos e procedimentos do presente estudo. Aceito participar de livre vontade e autorizo o uso dos meus dados para os fins relacionados com esta pesquisa.

☐ **Declaro que li a informação acima apresentada, compreendi as explicações e que participo voluntariamente no estudo.**

Dados Demográficos

Sexo: F ☐ M ☐

Idade: _____

Ano de Escolaridade: _____

EVEI– A

(Adaptação para adolescentes: Cunha, M., Silva, P., Galhardo, A., & Ferreira, C., 2019)

Instruções:

As afirmações abaixo dizem respeito a sentimentos frequentes, mas que podem ser vividos por cada pessoa de forma diferente. Por favor, lê atentamente cada uma das afirmações, e assinala com um círculo à volta do número que melhor indica a frequência com que sentes o que está descrito na frase.

Em relação a diversos aspetos da minha vida, <u>SINTO QUE:</u>

	Nunca	**Raramente**	**Algumas Vezes**	**Frequentemente**	**Sempre**
1. As outras pessoas me veem como se eu não estivesse à altura delas	0	1	2	3	4
2. Estou isolado/a	0	1	2	3	4
3. Os outros não me compreendem	0	1	2	3	4
4. Sou diferente e inferior aos outros	0	1	2	3	4
5. Os outros me julgam e criticam	0	1	2	3	4
6. Os outros me veem como desinteressante	0	1	2	3	4
7. Sou uma pessoa sem valor	0	1	2	3	4
8. Sou crítico/a em relação mim (julgo-me negativamente)	0	1	2	3	4

EADS-21

(Lovibond & Lovibond, 1995)

(Versão Portuguesa: Pais-Ribeiro, J.L., Honrado, A. & Leal, I.)

Instruções: Por favor lê cada uma das afirmações abaixo e assinala 0, 1, 2, ou 3 para indicar quanto cada afirmação se aplicou a ti durante a semana passada. Não há respostas certas ou erradas. Não leves muito tempo a indicar a resposta em cada afirmação.

	Não se aplicou nada a mim	Aplicou-se a mim algumas vezes	Aplicou-se a mim muitas vezes	Aplicou-se a mim a maior parte das vezes
1. Tive dificuldades em acalmar-me.	0	1	2	3
2. Senti a minha boca seca.	0	1	2	3
3. Não consegui sentir nenhum sentimento positivo.	0	1	2	3
4. Senti dificuldades em respirar.	0	1	2	3
5. Tive dificuldade em tomar iniciativa para fazer coisas.	0	1	2	3
6. Tive tendência a reagir em demasia em determinadas situações.	0	1	2	3
7. Senti tremores (por ex., nas mãos).	0	1	2	3
8. Senti que estava a utilizar muita energia nervosa.	0	1	2	3
9. Preocupei-me com situações em que podia entrar em pânico e fazer figura ridícula.	0	1	2	3
10. Senti que não tinha nada a esperar do futuro.	0	1	2	3
11. Dei por mim a ficar agitado.	0	1	2	3
12. Senti dificuldade em relaxar-me.	0	1	2	3
13.Senti-me desanimado e melancólico.	0	1	2	3
14. Estive intolerante em relação a qualquer coisa que me impedisse de terminar aquilo que estava a fazer.	0	1	2	3
15. Senti-me quase a entrar em pânico.	0	1	2	3
16. Não fui capaz de ter entusiasmo por nada.	0	1	2	3
17. Senti que não tinha muito valor como pessoa.	0	1	2	3
18. Senti que, por vezes, estava sensível.	0	1	2	3
19. Senti alterações no meu coração sem fazer exercício físico.	0	1	2	3
20. Senti-me assustado sem ter tido uma boa razão para isso.	0	1	2	3
21. Senti que a vida não tinha sentido.	0	1	2	3

FSCRS-A

(Gilbert *et al*., 2004)

(Versão Portuguesa: Salvador, Silva, Castilho, & Pinto Gouveia)

Instruções:

Quando as coisas correm mal nas nossas vidas ou não estão a funcionar como queríamos e sentimos que podíamos ter feito melhor temos, por vezes, pensamentos e sentimentos negativos e auto-críticos. Estes podem tomar a forma de sentimentos de desvalorização, inutilidade, inferioridade, etc. No entanto, as pessoas podem, também, tentar auto-tranquilizarem-se, ou auto-encorajarem-se.

Estão descritos em baixo um conjunto de pensamentos ou sentimentos que as pessoas por vezes têm. Lê cuidadosamente cada um dos pensamentos/sentimentos e assinala com um círculo aquele que melhor descreve o quanto esse pensamento/sentimento se aplica a ti (é verdadeiro no teu caso). Para isso utiliza a seguinte escala de resposta.

Não sou assim	**Sou um pouco assim**	**Sou moderadamente assim**	**Sou bastante assim**	**Sou extremamente assim**
0	**1**	**2**	**3**	**4**

Quando as coisas correm mal:

1. Desaponto-me facilmente comigo mesmo(a).	0	1	2	3	4
2. Há uma parte de mim que me inferioriza.	0	1	2	3	4
3. Sou capaz de lembrar a mim mesmo(a) das minhas coisas positivas.	0	1	2	3	4
4. Tenho dificuldade em controlar a minha raiva e frustração comigo mesmo(a).	0	1	2	3	4
5. Perdoo-me facilmente.	0	1	2	3	4
6. Há uma parte de mim que sente que não é suficiente boa.	0	1	2	3	4
7. Sinto-me derrotado(a) quando me critico.	0	1	2	3	4
8. Continuo a gostar de quem sou.	0	1	2	3	4
9. Fico tão zangado(a) comigo que quero magoar-me ou ferir-me.	0	1	2	3	4
10. Tenho um sentimento de nojo por mim mesmo(a).	0	1	2	3	4
11. Continuo a sentir que posso ser amado(a) e que ainda sou aceitável.	0	1	2	3	4
12. Deixo de me importar comigo mesmo(a).	0	1	2	3	4
13. É-me fácil gostar de mim.	0	1	2	3	4
14. Lembro-me e penso muito sobre os meus fracassos.	0	1	2	3	4
15. Chamo nomes a mim próprio(a).	0	1	2	3	4
16. Sou carinhoso(a) e cuido de mim mesmo(a).	0	1	2	3	4
17. Não consigo aceitar fracassos e contratempos sem me sentir inadequado(a).	0	1	2	3	4
18. Penso que mereço criticar-me.	0	1	2	3	4
19. Sou capaz de cuidar e preocupar-me comigo mesmo(a).	0	1	2	3	4
20. Há uma parte de mim que se quer ver livre do que não gosto em mim.	0	1	2	3	4
21. Encorajo-me em relação ao futuro.	0	1	2	3	4
22. Não gosto de ser como sou.	0	1	2	3	4

OASB – A2

(Goss, K.; Gilbert, P. & Allan, S. 1994)

(Adaptação para a população adolescente Portuguesa:

Pinto-Gouveia, J.; Cunha, M.; Matos, M. & Gilbert, P., 2013)

Instruções:

Esta escala tem como objetivo perceber o que as pessoas pensam acerca do modo como os outros as veem. De seguida é apresentada uma lista de afirmações que descrevem sentimentos ou experiências referentes à forma como sentes que os outros te veem (visão que os outros têm de ti). Lê atentamente cada uma das afirmações, e assinala com um círculo o número que indica a frequência com que te sentes ou experiencias o que está descrito na frase.

	Nunca	**Raramente**	**Às Vezes**	**Muitas Vezes**	**Sempre**
1.Sinto que as outras pessoas não me veem como sendo suficientemente bom(boa).	0	1	2	3	4
2.Penso que as pessoas me desprezam	0	1	2	3	4
3.Sinto-me inseguro(a) acerca das opiniões dos outros sobre mim	0	1	2	3	4
4.As outras pessoas olham-me como se eu não estivesse à altura delas.	0	1	2	3	4
5.As outras pessoas vêem-me como se eu fosse pequeno(a) e insignificante	0	1	2	3	4
6.As outras pessoas vêem-me como se eu fosse uma pessoa defeituosa	0	1	2	3	4
7.As pessoas vêem-me como pouco importante em relação aos outros	0	1	2	3	4
8.Os outros pensam que há qualquer coisa que falta em mim.	0	1	2	3	4

Escala de Comparação Social
(Allan & Gilbert, 1995; versão Portuguesa Gato & Pinto Gouveia, 2003)

INSTRUÇÕES

Gostaríamos de saber como te comparas com os outros. Por favor, assinala com um círculo o número que, em cada linha, melhor traduz a forma como te sentes no relacionamento com os teus colegas ou amigos.

No relacionamento com os outros sinto-me

Inferior	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Superior
Incompetente	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Mais competente
Antipático	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Mais simpático
Rejeitado	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Aceite
Diferente	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Igual
Sem talento	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Mais talentoso
Mais fraco	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Mais forte
Inseguro	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Mais seguro
Indesejável	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Mais desejável
Não atraente	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Mais atraente
Um desajustado	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Um ajustado