## 8 – ANEXOS

**Anexo 1 -** Autorização da DGE para a realização do questionário em meio escolar

**Anexo 2 –** Folha de Rosto e questionário sócio-demográfico para determinação da idade, género, ano de escolaridade, informação relativa à existência de acompanhamento psicológico, percepção da sociabilidade e do rendimento escolar e existência de atividades extracurriculares

**Anexo 3-** *Center for Epidemiological Studies Depression Scale for Children* (CES-DC-Weismann, Orvaschel & Padian, 1980)

**Anexo 4 -** Escala de Ansiedade Depressão e Stress (DASS 21 - *Depression Anxiety Stress Scales*; Lovibond & Lovibond, 1995; versão portuguesa: Pais-Ribeiro, Honrado & Leal, 2004)

**Anexo 5 -** Escala de Satisfação com a Vida para Estudantes (SLSS - *Students' Life Satisfaction Scale*; Huebner, 1991; versão portuguesa de Marques, Pais-Ribeiro & Lopez, 2007)

**Anexo 6 -** Inventário de Depressão para Crianças (CID - *Children's Depresssion Inventory*; Kovacs, 1985, 1992; Marujo, 1994)

**Anexo 7** – Pedido de autorização aos autores dos questionários utilizados

**Anexo 8 –** Pedido de autorização aos encarregados de educação

**Anexo 1**

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

O pedido de autorização do inquérito n.º 0082000007, com a designação *Estados emocionais negativos na adolescência: Avaliação das qualidades psicométricas da CES-DC*, registado em 29-12-2013, foi aprovado.

Avaliação do inquérito:

Exmo(a) Senhor(a) Dr(a) Camila Cura Mariano de Carvalho
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 de Serviços de Projetos Educativos
DGE

Observações:

a) A realização dos Inquéritos fica sujeita a autorização das Direções dos Agrupamentos de Escolas do ensino público contactados para a realização do estudo. Merece especial atenção o modo, o momento e condições de aplicação dos instrumentos de recolha de dados em meio escolar, devendo fazer-se em estreita articulação com a Direção do Agrupamento.
b) Deve considerar-se o disposto na Lei nº 67/98 em matéria de garantia de anonimato dos sujeitos (não identificar ou tornar identificável), confidencialidade, proteção e segurança dos dados, sendo necessário solicitar o consentimento informado e esclarecido do titular dos dados. No caso presente, para além da inquirição de adultos, existe inquirição de alunos menores (menos de 18 anos) pelo que este deverá ser atestado pelos seus representantes legais. As autorizações assinadas pelos Encarregados de Educação devem ficar em poder da Escola/Agrupamento ao qual pertencem os alunos. Não deve haver cruzamento ou associação de dados entre os que são recolhidos pelos instrumentos de inquirição e os constantes da declaração de consentimento informado.
c) Na escala SLSS - Escala de Satisfação com a Vida para Estudantes - deve retirar-se o descritor avaliativo "Discordo", porque se encontra repetido na escala apresentada.

Pode consultar na Internet toda a informação referente a este pedido no endereço http://mime.gepe.min-edu.pt. Para tal terá de se autenticar fornecendo os dados de acesso da entidade.

**Anexo 2**

**Apresentação**

No âmbito do Mestrado em Psicologia Clínica estamos a desenvolver um projeto de investigação sobre as caraterísticas emocionais da adolescência.

Para isso, precisamos da tua preciosa colaboração, pedindo que preenchas os questionários que se seguem que, como irás ver, são sobre pensamentos, sentimentos, comportamentos que poderão, ou não, ter ocorrido nas últimas semanas.

Não se tratam de testes, por isso não há respostas certas nem erradas, mas sim **diversas formas de sentir!** Procura ser o mais sincero(a) possível nas tuas respostas.

Tudo o que for respondido apenas será utilizado para fins de investigação.

Se não te apetecer, ou não quiseres responder, não és obrigado(a), podes dizer que não queres. Caso aceites, podes ainda desistir em qualquer momento da tua colaboração.

Os questionários são anónimos, não tens que escrever o teu nome em lado nenhum, e confidenciais, mais ninguém terá acesso a eles.

Todos os campos são de preenchimento obrigatório.

Obrigada !!!

☐ Li a informação acima apresentada e aceito participar neste estudo

Dados sócio-demográficos

Idade: ____

Género: ☐ Masculino ☐ Feminino

Ano que estás a frequentar: _____

1- Como consideras o teu rendimento escolar?
   ☐ Mau ☐ Suficiente ☐ Bom ☐ Muito Bom

2- Alguma vez tiveste apoio psicológico?
   ☐ Sim ☐ Não (Se respondeste que sim, atualmente tens? ☐ Sim ☐ Não)

3- Comparativamente com os teus colegas achas que tens:
   ☐ Mais amigos ☐ Menos amigos ☐ A mesma quantidade de amigos

4- Tens alguma actividade extracurricular ou hobby? (exemplo: futebol, natação, música, teatro..)
   ☐ Sim ☐ Não (Se respondeste sim, qual? _____)

**Anexo 3**

## CES-DC

(Weismann, M.M., Orvaschel, H. & Padian, N., 1980)

(Tradução e adaptação para Português de Cunha, M., Carvalho, C. & Cherpe, S., 2013)

**INSTRUÇÕES**

Abaixo, está uma lista de como te possas ter sentido ou agido, na última semana. Por favor, assinala (por exemplo, com uma cruz) o **quanto** te sentiste dessa forma durante a **última semana,** utilizando para isso a escala de 0 a 3 que se segue.

| Nunca | Poucas vezes | Algumas vezes | Muitas vezes |
|---|---|---|---|
| 0 | 1 | 2 | 3 |

**DURANTE A ÚLTIMA SEMANA**

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 1. Senti-me aborrecido (a)/incomodado(a) com coisas que normalmente não me aborrecem ou incomodam. | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 2. Não tive vontade de comer, não tive muita fome. | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 3. Não consegui sentir-me feliz mesmo quando a minha família ou amigos tentaram "animar-me". | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 4. Senti que era tão bom (boa) quanto os (as) outros (as) colegas. | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 5. Senti que não conseguia prestar atenção ao que estava a fazer. | 0 | 1 | 2 | 3 |

**DURANTE A ÚLTIMA SEMANA**

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 6. Senti-me "em baixo" e infeliz. | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 7. Senti-me muito cansado(a) para fazer as minhas coisas. | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 8. Senti que alguma coisa boa estava para acontecer. | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 9. Senti que as coisas que eu fiz no passado falharam. | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 10. Senti-me com medo. | 0 | 1 | 2 | 3 |

**DURANTE A ÚLTIMA SEMANA**

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 11. Não dormi tão bem como costumo dormir. | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 12. Senti-me feliz. | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 13. Estive mais parado(a) do que o habitual. | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 14. Senti-me sozinho(a), como se não tivesse nenhum amigo. | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 15. Senti que os meus colegas não eram meus amigos ou que não queriam estar comigo. | 0 | 1 | 2 | 3 |

**DURANTE A ÚLTIMA SEMANA**

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 16. Diverti-me. | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 17. Tive vontade de chorar. | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 18. Senti-me triste. | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 19. Senti que as pessoas não gostavam de mim. | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 20. Foi difícil começar a fazer as coisas. | 0 | 1 | 2 | 3 |

**Anexo 4**

## DASS 21

(Lovibond & Lovibond, 1995)
(Versão Portuguesa: Pais-Ribeiro, Honrado & Leal, 2004)

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 |

**Anexo 5**

**SLSS**

(Hubner, 1991)

(Versão portuguesa: Marques, Pais-Ribeiro & Lopez, 2007)

Gostaríamos de saber que pensamentos tens tido acerca da tua vida durante as últimas semanas. Pensa acerca da forma como passas cada dia e noite e de como tem sido a tua vida durante a maior parte deste tempo. As sete questões abaixo pedem-te para indicares a satisfação com a vida. Circula as palavras a seguir a cada frase que indicam o grau em que concordas ou discordas com cada frase. Por exemplo, se concordas totalmente com a frase "a vida é boa", colocas um círculo em volta dessas palavras.

Exemplo:

A vida é boa.

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| Discordo Totalmente | Discordo Moderadamente | Discordo Pouco | Concordo Pouco | Concordo Moderadamente | Concordo Totalmente |

O importante é saber o que realmente pensas, por isso, responde por favor às questões tendo em conta o modo como realmente pensas e não o modo como deverias pensar. Isto não é um teste. Não existem respostas certas ou erradas.

1. A minha vida está a correr bem.

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| Discordo Totalmente | Discordo Moderadamente | Discordo Pouco | Concordo Pouco | Concordo Moderadamente | Concordo Totalmente |

2. A minha vida é perfeita.

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| Discordo Totalmente | Discordo Moderadamente | Discordo Pouco | Concordo Pouco | Concordo Moderadamente | Concordo Totalmente |

3. Eu gostaria de mudar muitas coisas na minha vida.

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| Discordo Totalmente | Discordo Moderadamente | Discordo Pouco | Concordo Pouco | Concordo Moderadamente | Concordo Totalmente |

4. Eu desejava ter uma vida diferente.

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| Discordo Totalmente | Discordo Moderadamente | Discordo Pouco | Concordo Pouco | Concordo Moderadamente | Concordo Totalmente |

5. Eu tenho uma vida boa.

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| Discordo Totalmente | Discordo Moderadamente | Discordo Pouco | Concordo Pouco | Concordo Moderadamente | Concordo Totalmente |

6. Eu tenho na vida o que quero.

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| Discordo Totalmente | Discordo Moderadamente | Discordo Pouco | Concordo Pouco | Concordo Moderadamente | Concordo Totalmente |

7. A minha vida é melhor do que a vida da maioria das outras pessoas da minha idade.

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| Discordo Totalmente | Discordo Moderadamente | Discordo Pouco | Concordo Pouco | Concordo Moderadamente | Concordo Totalmente |

**Anexo 6**

## CDI

(Kovacs, 1985)

(Versão portuguesa: Marujo, 1994)

As crianças e os adolescentes pensam e sentem de maneira diferente uns dos outros. Tens aqui uma lista de sentimentos e ideias por grupos. Para cada grupo de três frases escolhe a que **melhor** te descreve nas **últimas duas semanas**. Depois de escolheres uma frase de um grupo passa para o grupo seguinte.

Não há respostas certas ou erradas. Escolhe a frase que identifique como te tens sentido recentemente. Põe uma cruz ☒ na tua resposta.

Abaixo vais encontrar um exemplo para ajudar-te a responder a estas frases. Põe uma cruz junto à frase que melhor te descreve nas últimas duas semanas.

Exemplo:

☐ Leio livros muitas vezes.
☐ Leio livros de vez em quando.
☐ Nunca leio livros.

Vamos agora ver os outros grupos de frases.

**Lembra-te: Escolhe em cada grupo a frase que te descreve melhor nas últimas duas semanas.**

1.
☐ Estou triste de vez em quando.
☐ Estou triste muitas vezes.
☐ Estou triste o tempo todo.

2.
☐ Nunca nada me vai correr bem.
☐ Não tenho a certeza de que as coisas me venham a correr bem.
☐ As coisas vão-me correr bem.

3.
☐ Faço quase tudo bem.
☐ Faço muitas coisas mal.
☐ Faço tudo mal.

4.
☐ Divirto-me com muitas coisas.
☐ Divirto-me com algumas coisas.
☐ Nada é divertido para mim.

5.
☐ Sou sempre mau (má).
☐ Sou mau (má) muitas vezes.
☐ Sou mau (má) de vez em quando.

6.
☐ De vez em quando penso nalguma coisa má que me possa acontecer.
☐ Tenho receio que me aconteçam coisas más.
☐ Tenho a certeza de que me vão acontecer coisas horríveis.

7.
☐ Eu detesto-me.
☐ Eu não gosto de mim.
☐ Gosto de mim.

8.
☐ Sou culpado(a) de tudo o que acontece de mau.
☐ Muitas coisas más acontecem por minha causa.
☐ As coisas más não costumam ser culpa minha.

9.
- ☐ Não penso em matar-me.
- ☐ Penso às vezes em matar-me mas nunca o farei.
- ☐ Quero matar-me.

10.
- ☐ Tenho vontade de chorar todos os dias.
- ☐ Tenho vontade de chorar muitas vezes.
- ☐ De vez em quando tenho vontade de chorar.

11.
- ☐ Tudo me aborrece imenso.
- ☐ Aborreço-me muitas vezes.
- ☐ Aborreço-me de vez em quando.

12.
- ☐ Gosto de estar com pessoas.
- ☐ Não gosto, muitas vezes, de estar com pessoas.
- ☐ Nunca quero estar acompanhado com pessoas.

13.
- ☐ Nunca consigo tomar decisões.
- ☐ Para mim é difícil tomar decisões.
- ☐ Tomo decisões com facilidade.

14.
- ☐ Gosto do meu aspeto.
- ☐ Há algumas coisas do meu aspeto que não gosto muito.
- ☐ Sou feio(a).

15.
- ☐ Tenho sempre que me esforçar muito para fazer os mesmos trabalhos da escola.
- ☐ Muitas vezes tenho que me esforçar para fazer os trabalhos da escola.
- ☐ Não é difícil fazer o trabalho da escola.

16.
- ☐ Durmo mal todas as noites.
- ☐ Muitas noites durmo mal.
- ☐ Durmo sempre muito bem.

17.
- ☐ Sinto-me cansado(a) de vez em quando.
- ☐ Sinto-me cansado(a) muitas vezes.
- ☐ Sinto-me sempre cansado(a).

18.
- ☐ A maioria dos dias não me apetece comer.
- ☐ Há muitos dias em que não me apetece comer.
- ☐ Como sempre bem.

19.
- ☐ Não me preocupo com a minha saúde.
- ☐ Preocupo-me muito com a minha saúde.
- ☐ Ando sempre preocupado com a minha saúde.

20.
- ☐ Não me sinto só.
- ☐ Sinto-me só muitas vezes.
- ☐ Sinto-me sempre só.

21.
- ☐ Nunca me divirto na escola.
- ☐ Divirto-me na escola de vez em quando.
- ☐ Divirto-me muitas vezes na escola.

22.
- ☐ Tenho muitos amigos (as).
- ☐ Tenho muitos amigos (as) mas gostava de ter mais.
- ☐ Não tenho amigos (as).

23.
- ☐ Os meus resultados escolares são bons.
- ☐ Os meus resultados escolares já foram melhores.
- ☐ Estou muito mau em disciplinas em que dantes era bom (boa).

24.
- ☐ Nunca vou conseguir ser tão bom (boa) como os (as) outros (as).
- ☐ Se eu quiser poderei ser tão bom (boa) como os (as) outros (as).
- ☐ Consigo ser tão bom (boa) como os (as) outros (as).

25.
- ☐ Ninguém gosta mesmo de mim.
- ☐ Não tenho a certeza se há alguém que goste de mim.
- ☐ Tenho a certeza de que alguém gosta de mim.

26.
- ☐ Costumo fazer o que me mandam.
- ☐ Muitas vezes não faço o que me mandam.
- ☐ Nunca faço o que me mandam.

27.
- ☐ Dou-me bem com os (as) outros (as).
- ☐ Ando muitas vezes em brigas.
- ☐ Ando sempre metido (a) em brigas.

**Anexo 7**



Consentimento para aplicação da DASS 21 Caixa de entrada x

**camila carvalho** <camila.cura.carvalho@gmail.com> 11/11/13

para jlpr

Exmo. Professor Doutor Pais Ribeiro

Eu, Camila Cura Mariano de Carvalho, aluna do Mestrado de Psicologia Clínica e Psicoterapias na Escola Superior de Altos Estudos - Instituto Superior Miguel Torga, em Coimbra, encontro-me a elaborar a Dissertação de Mestrado, sob a orientação da Professora Doutora Marina Cunha. Pretendo estudar a depressão nos adolescentes e validar a CES-DC para a população portuguesa.
Por conseguinte, venho por este meio solicitar a V.ª Ex.ª o consentimento para aplicar a escala DASS 21 (Depression Anxiety Stress Scales).

Com os melhores cumprimentos, agradeço a atenção dispensada

**José Luis Pais Ribeiro** <jlpr@fpce.up.pt> 11/11/13

para mim

Autorizo a aplicação da versão portuguesa da DASS 21

José Luís Pais Ribeiro
jlpr@fpce.up.pt
mobile phone: (351) 965045590
web page: http://sites.google.com/site/jpaisribeiro/

## Consentimento para aplicação da SLSS

Caixa de entrada x

**camila carvalho** <camila.cura.carvalho@gmail.com> 18/01

para dscmarques

Exma. Doutora Susana C. Marques

Eu, Camila Cura Mariano de Carvalho, aluna do Mestrado de Psicologia Clínica na Escola Superior de Altos Estudos - Instituto Superior Miguel Torga, em Coimbra, encontro-me a elaborar a Dissertação de Mestrado, sob a orientação da Professora Doutora Marina Cunha. Pretendo estudar a depressão nos adolescentes e validar a CES-DC para a população portuguesa.
Por conseguinte, venho solicitar a V.ª Ex.ª o consentimento para aplicar a Students' Life Satisfaction Scale (SLSS).

Com os melhores cumprimentos, agradeço a atenção dispensada

...

**Susana Marques** <dscmarques@mail.telepac.pt> 20/01

para mim

Bom dia,

Tem o meu consentimento para aplicar a escala. Para seu conhecimento e da sua orientadora, a Multidimensional Students' Life Satisfaction Scale também está a ser validada e está under submission numa revista internacional indexada.
No caso de futuros contactos, envie e-mail para: smarques@fpce.up.pt

Melhores cumprimentos,

Susana C. Marques, PhD

## Consetimento para aplicação do CID

Caixa de entrada x

**camila carvalho** <camila.cura.carvalho@gmail.com> 27/11/13

para hmarujo

Exma. Professora Doutora Helena Marujo

Eu, Camila Cura Mariano de Carvalho, aluna do Mestrado de Psicologia Clínica na Escola Superior de Altos Estudos - Instituto Superior Miguel Torga, em Coimbra, encontro-me a elaborar a Dissertação de Mestrado, sob a orientação da Professora Doutora Marina Cunha.
Pretendo estudar os estados emocionais negativos na adolescência e validar a CES-DC para a população portuguesa.
Por conseguinte, venho solicitar a V.ª Ex.ª o consentimento para aplicar o Inventário da Depressão Infantil (CDI) e o envio do mesmo.
Ficar-lhe-ia muito agradecida se me pudesse enviar também artigos úteis para a sua aplicação.

Com os melhores cumprimentos, agradeço a atenção dispensada

...

Camila Carvalho

**hmarujo@iscsp.ulisboa.pt** 27/11/13

para mim

Estimada Camila,

na sequência do seu pedido venho confirmar a minha autorização para a utilização do Children's Depresssion Inventory que traduzi e adaptei para a população infantil nacional. É aliás um produto cientifico de uso aberto.

Envio em anexo a versão do mesmo, para sua utilização.

OS dados psicometricos encontram-se na minha tese de Doutoramento, apresentada à Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa, com o Titulo "Síndromes Depressivos na Infancia e Adolescência", que encontra na biblioteca da referida instituição ou na Reitoria da UL.
Depois disso muitos trabalhos cientificos têm usado o instrumento referido, em especial teses de mestrado e doutoramento. Tenho a certeza que uma busca bibliografica em bibliotecas ou pela internet lhe fará aceder a esses trabalhos.

Desejo que realize uma investigação que possa ser ética, util e positivamente transformadora.

Saudações académicas positivas.

## Anexo 8

INSTITUTO SUPERIOR MIGUEL TORGA

Assunto: Pedido de Autorização

Caro Encarregado de Educação:

Eu, Camila Cura Mariano de Carvalho, venho por este meio solicitar a sua autorização para realizar uma recolha de dados, para a elaboração da minha tese, junto do(a) seu/sua educando(a).

Esta investigação, orientada pelo Professora Doutora Marina Cunha, pretende estudar os estados emocionais da adolescência e tem como principal objetivo validar para a população portuguesa um instrumento de avaliação de diferentes formas de sentir e agir, muito utilizada na investigação internacional.

A participação é voluntária e anónima, consistindo no preenchimento de questionários breves.

A aplicação do questionário foi autorizada pela Direção Geral da Educação e pela Direção desta escola.

Grata pela disponibilidade,

A Investigadora

Camila Carvalho

Coimbra, 2013

---

Eu _____ declaro que me foi dada informação sobre a investigação e autorizo que o(a) meu/minha educando(a)_____ preencha o questionário.