



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE FILOSOFIA E CIÊNCIAS HUMANAS
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA

Michele Inácio

CONSTRUÇÃO E BUSCA DE EVIDÊNCIAS DE VALIDADE E
PRECISÃO DE UMA MEDIDA DE REGULAÇÃO EMOCIONAL

FLORIANÓPOLIS, SC

2025



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE FILOSOFIA E CIÊNCIAS HUMANAS
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA

Michele Inácio

CONSTRUÇÃO E BUSCA DE EVIDÊNCIAS DE VALIDADE E PRECISÃO DE UMA MEDIDA DE REGULAÇÃO EMOCIONAL

Dissertação submetida ao Programa de Pós Graduação em Psicologia, Mestrado e Doutorado, Centro de Filosofia e Ciências Humanas da Universidade Federal de Santa Catarina como requisito parcial para a obtenção do título de Mestre em Psicologia.

Orientador: Prof. Dr. Carlos Henrique Sancineto da Silva Nunes

Coorientador: Prof. Dr. Fabiano Koich Miguel (UFSCar)

FLORIANÓPOLIS, SC

2025

Ficha catalográfica gerada por meio de sistema automatizado gerenciado pela BU/UFSC.
Dados inseridos pelo próprio autor.

Inácio, Michele

Construção e busca de evidências de validade e precisão de uma medida de regulação emocional Michele Inácio ; orientador, Carlos Henrique Sancineto da Silva Nunes , coorientador, Fabiano Koich Miguel, 2025.
164 p.

Dissertação (mestrado) - Universidade Federal de Santa Catarina, Centro de Filosofia e Ciências Humanas, Programa de Pós-Graduação em Psicologia, Florianópolis, 2025.

Inclui referências.

1. Psicologia. 2. Avaliação psicológica. 3. Construção de medidas. 4. Regulação emocional. 5. Inteligência emocional. I. Nunes , Carlos Henrique Sancineto da Silva . II. Miguel, Fabiano Koich. III. Universidade Federal de Santa Catarina. Programa de Pós-Graduação em Psicologia. IV. Título.

Michele Inácio

Construção e busca de evidências de validade e precisão de uma medida de regulação emocional

O presente trabalho em nível de Mestrado foi avaliado e aprovado, em 09 de novembro de 2024, pela banca examinadora composta pelos seguintes membros:

Prof. Dr. Mauro Luiz Vieira,
Universidade Federal de Santa Catarina

Prof. Dr. Roberto Moraes Cruz
Universidade Federal de Santa Catarina

Prof.^a Dr.^a Monalisa Muniz Nascimento
Universidade Federal de São Carlos

Certificamos que esta é a versão original e final do trabalho de conclusão que foi julgado adequado para obtenção do título de Mestra em Psicologia.

Prof.^a Dr.^a Natália Martins Dias
Coordenação do Programa de Pós-Graduação

Prof. Dr. Carlos Henrique Sancineto da Silva Nunes
Orientador

Florianópolis
2025

AGRADECIMENTOS

Agradeço, com imensa gratidão, ao Prof. Dr. Carlos Henrique Sancineto da Silva Nunes, meu orientador, por todo o apoio, profissionalismo e dedicação ao longo desta jornada. Sua paciência e orientação cuidadosa foram fundamentais para o desenvolvimento deste trabalho, inspirando admiração não apenas pela excelência acadêmica, mas também pela forma humana com que conduziu o processo de orientação.

Ao Prof. Dr. Fabiano Koich Miguel (UFSCar), coorientador, minha sincera gratidão por ter ampliado as possibilidades deste estudo com seu olhar atento, profissionalismo e generosidade. Seu envolvimento contribuiu de forma significativa para o enriquecimento teórico e metodológico da pesquisa, sempre com um acolhimento que fez diferença em cada etapa.

À Profa. Dra. Monalisa Muniz Nascimento (UFSCar) e ao Prof. Dr. Roberto Moraes Cruz (UFSC), agradeço pelas contribuições valiosas que enriqueceram este estudo, colaborando para sua melhoria com insights e reflexões relevantes.

Aos professores do Programa de Pós-Graduação em Psicologia (PPGP), agradeço pelas valiosas contribuições ao longo do curso, as experiências e conhecimentos compartilhados ao longo deste curso foram essenciais para minha formação acadêmica e profissional.

Aos colegas do Laboratório de Pesquisa em Avaliação Psicológica (LPAP), registro minha gratidão pelas trocas enriquecedoras, pelo apoio e pelo companheirismo diversos momentos. As parcerias em projetos e discussões acadêmicas foram de grande importância para minha evolução acadêmica e profissional.

Aos colegas do grupo de pesquisa em Inteligência Emocional da UFSCar, dos quais tive a oportunidade de fazer parte por um período, minha gratidão pela troca de experiências e aprendizados que foram fundamentais para o aprimoramento deste trabalho.

Agradeço à Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) e ao Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq) pelo suporte financeiro, que foi essencial para a realização desta pesquisa.

Aos familiares, minha eterna gratidão pelo apoio e por estarem sempre presentes em minha vida. Em especial, ao meu marido e ao meu filho, agradeço pela compreensão, paciência e apoio constantes. Vocês foram minha base e minha inspiração, oferecendo amor e encorajamento nos momentos mais desafiadores.

Aos amigos que estiveram presentes com palavras de incentivo, apoio emocional e companhia em diferentes momentos, meu muito obrigada.

RESUMO

O objetivo deste estudo foi buscar evidências preliminares de validade para um instrumento baseado em teorias de Regulação Emocional. Foram conduzidos dois estudos: a) Construção e investigação de validade de conteúdo da Medida de Regulação Emocional; b) Verificação preliminar das propriedades psicométricas da medida via Teoria Clássica dos Testes e validade por construção relacionado. O estudo tem delineamento quantitativo e transversal, com uma amostra de 80 participantes com 18 anos ou mais. No Estudo 1, foram elaborados 80 itens, distribuídos igualmente entre cinco dimensões de Regulação Emocional: seleção da situação, modificação da situação, mudança cognitiva, implantação atenciosa e modulação da resposta. Na análise dos juízes, utilizou-se o coeficiente de *Kappa* para verificar a concordância entre eles, além de análises qualitativas. O coeficiente *Kappa* indicou concordância forte e significativa entre os avaliadores ($\kappa=0,82$; $p<0,001$), e 64-81% de concordância, como resultado desta etapa, 15 itens foram retirados da primeira versão da medida. A análise semântica, contou com nove participantes, resultando na reformulação de alguns itens para melhor compreensão. No estudo 2, para mensurar a consistência interna foram estimados os indicadores de *Alfa* de *Cronbach*, item-resto, e análise estatística descritiva. Após a realização da seleção de itens, o *Alfa* de *Cronbach* para cada dimensão foi: seleção da situação 0,70 (Resultando em 12 itens), modificação da situação 0,64 (Resultando em 12 itens), mudança cognitiva 0,80 (Resultando em 12 itens), implantação atenciosa 0,73 (total de 13 itens) e modulação da resposta 0,61 (Resultando em 11 itens). Para a análise de validade por construto relacionado, utilizou-se a Bateria Adaptativa de Personalidade (BAP) no modelo dos cinco grandes fatores. A análise da seleção da situação apresentou correlação positiva com as dimensões socialização $r=0,31$ ($p<0,05$) e abertura $r=0,27$ ($p<0,05$), e correlação negativa ($r=-0,58$, $p<0,05$) com neuroticismo. A modificação da situação apresentou correlação positiva entre quase todas as dimensões de personalidade, sendo a mais forte socialização $r=0,44$ ($p<0,05$), seguida de realização $r=0,31$ ($p<0,05$), extroversão $r=0,27$ ($p<0,05$) e abertura $r=0,25$ ($p<0,05$). O neuroticismo apresentou correlação negativa com a modificação da situação $r=-0,28$ ($p=0,05$). A mudança cognitiva apresentou correlação positiva com socialização $r=0,41$ ($p<0,05$), realização $r=0,37$ ($p<0,05$), extroversão $r=0,27$ ($p<0,05$) e abertura $r=0,26$ ($p<0,05$). A mudança cognitiva apresentou, uma correlação negativa com neuroticismo $r=-0,54$ ($p<0,05$). A implantação atenciosa está positivamente relacionada com abertura $r=-0,31$ ($p<0,05$) e extroversão $r=-0,27$ ($p<0,05$), e negativamente com neuroticismo $r=-0,59$ ($p<0,05$). A modulação da resposta apresentou correlação positiva significativa com realização $r=0,51$ ($p<0,05$) e não com outras variáveis de personalidade. Os resultados replicam os achados da literatura, destacando correlações entre modificação da situação e socialização, realização, extroversão e abertura, bem como a relação entre implantação atenciosa e extroversão/abertura. A mudança cognitiva também mostrou associações positivas com socialização, realização, extroversão e abertura, e negativa com neuroticismo. A ausência de correlações significativa para modulação da resposta e neuroticismo corrobora estudos anteriores. A medida de Regulação Emocional possui índices psicométricos gerais satisfatórios, sendo um instrumento promissor em pesquisas futuras.

Palavras-chave: regulação emocional, evidências de validade, medidas psicológicas.

ABSTRACT

The aim of this study was to seek preliminary evidence of validity for an instrument based on Emotion Regulation theories. Two studies were conducted: (a) Construction and investigation of content validity of the Emotion Regulation Measure; (b) Preliminary verification of the psychometric properties of the measure via Classical Test Theory and related construct validity. The study has a quantitative and cross-sectional design, with a sample of 80 participants aged 18 years or older. In Study 1, 80 items were developed, distributed equally among five dimensions of Emotion Regulation: situation selection, situation modification, cognitive change, attentional deployment, and response modulation. In the analysis of judges, the Kappa coefficient was used to verify the agreement between them, in addition to qualitative analyses. The Kappa coefficient indicated strong and significant agreement between the raters ($\kappa=0.82$; $p<0.001$), and 64-81% agreement, as a result of this stage, 15 items were removed from the first version of the measure. The semantic analysis, with nine participants, resulted in the reformulation of some items for better understanding. In study 2, to measure internal consistency, Cronbach's Alpha, item-rest indicators, and descriptive statistical analysis were estimated. After the item selection, the Cronbach's Alpha for each dimension was: situation selection 0.70 (resulting in 12 items), situation modification 0.64 (resulting in 12 items), cognitive change 0.80 (resulting in 12 items), attentional deployment 0.73 (total of 13 items), and response modulation 0.61 (resulting in 11 items). For the analysis of related construct validity, the Adaptive Personality Battery (BAP) was used in the five big factors model. The analysis of situation selection showed a positive correlation with the socialization dimensions $r=0.31$ ($p<0.05$) and openness $r=0.27$ ($p<0.05$), and a negative correlation ($r=-0.58$, $p<0.05$) with neuroticism. Situation modification showed a positive correlation between almost all personality dimensions, with the strongest being socialization $r=0.44$ ($p<0.05$), followed by conscientiousness $r=0.31$ ($p<0.05$), extraversion $r=0.27$ ($p<0.05$) and openness $r=0.25$ ($p<0.05$). Neuroticism showed a negative correlation with situation modification $r=-0.28$ ($p=0.05$). Cognitive change showed a positive correlation with socialization $r=0.41$ ($p<0.05$), conscientiousness $r=0.37$ ($p<0.05$), extraversion $r=0.27$ ($p<0.05$) and openness $r=0.26$ ($p<0.05$). Cognitive change showed a negative correlation with neuroticism $r=-0.54$ ($p<0.05$). Attentional deployment is positively related to openness $r=-0.31$ ($p<0.05$) and extraversion $r=-0.27$ ($p<0.05$), and negatively with neuroticism $r=-0.59$ ($p<0.05$). Response modulation showed a significant positive correlation with conscientiousness $r=0.51$ ($p<0.05$) and not with other personality variables. The results replicate the findings in the literature, highlighting correlations between situation modification and socialization, conscientiousness, extraversion and openness, as well as the relationship between attentional deployment and extraversion/openness. Cognitive change also showed positive associations with socialization, conscientiousness, extraversion and openness, and negative with neuroticism. The absence of significant correlations for response modulation and neuroticism corroborates previous studies. The Emotion Regulation measure has satisfactory overall psychometric indices, being a promising instrument in future research.

Keywords: emotional regulation, validity evidence, psychological measures.

SUMÁRIO

Introdução	10
Avaliação da Inteligência e Inteligência Emocional	11
Regulação Emocional	21
Medidas de Regulação Emocional	33
Objetivos	36
Objetivo Geral	36
Objetivos Específicos.....	36
Método	37
Estudo 1: Construção e Busca de Evidências de Validade Baseadas no Conteúdo	48
1.1 Introdução	48
1.2 Método.....	55
Considerações Éticas	55
Procedimento para construção dos itens.....	57
1.3 Resultados da construção dos itens	59
Análise de juízes	60
Procedimentos	60
Análise dos dados	61
1.4 Resultados da análise dos juízes.....	62
Análise semântica	65
Amostra	65
Procedimentos	66
1.5 Resultado da análise semântica	66
1.6 Discussão	72
Considerações Finais	74
Referências	75
Estudo 2 Propriedades psicométricas preliminares da medida e evidências de validade por construto relacionado	79
2.1 Introdução	80
2.2 Método.....	84
Participantes.....	87
Local	87
Instrumentos	88
Questionário sociodemográfico	88
Medida de Regulação Emocional	88
Bateria Adaptativa de Personalidade	89
Verificação das propriedades psicométricas preliminares da medida de regulação emocional.....	90
Análise de dados	90

2.3 Resultado da análise das propriedades preliminares da medida de regulação emocional	91
Dimensão 1 - Seleção da Situação.....	96
Dimensão 2 – Modificação da situação	101
Dimensão 3 – Mudança cognitiva	104
Dimensão 4 – Implantação atenciosa	108
Dimensão 5 – Modulação da resposta	110
2.4 Discussão	116
Análise das relações entre fatores da Regulação Emocional.....	117
Busca de evidências de validade por construto relacionado.....	120
Análise de dados	120
2.5 Resultado das correlações da medida de regulação emocional com a de personalidade	121
Seleção da situação	121
Modificação da Situação	122
Implantação atenciosa.....	124
Mudança Cognitiva.....	125
Modulação da Resposta	127
2.6 Discussão	128
Considerações Finais	131
Referências	132
Discussão integrada	136
Considerações finais	142
REFERÊNCIAS.....	144
APÊNDICE A. Termo de Consentimento Livre e Esclarecido	151
APÊNDICE B. Questionário sociodemográfico.....	154
APÊNDICE C. Medida de Regulação Emocional.....	156
ANEXO A. Exemplos de perguntas da Bateria Adaptativa de Personalidade BAP	163

Introdução

Regulação Emocional (RE) é um construto que aborda a capacidade de gerenciar e modificar as emoções de forma adaptativa, visando atender às demandas do ambiente e aos objetivos individuais. A RE tem sido considerada um importante componente da Inteligência Emocional (IE), definida como um conjunto de habilidades relacionadas ao reconhecimento, compreensão e manejo das próprias emoções e das emoções dos outros (Mayer, Caruso & Salovey, 2016).

James Gross propôs um modelo processual de RE, que descreve como os indivíduos influenciam suas emoções ao longo do tempo (Gross, 2015). Esse modelo é composto por diferentes estratégias como a reavaliação cognitiva e a supressão expressiva, que podem ser aplicadas em diversas fases da experiência emocional. A teoria de Gross oferece uma estrutura abrangente e empiricamente suportada para entender os processos de RE, servindo como base sólida para a construção de medidas de avaliação dessa habilidade.

O desenvolvimento de um teste para avaliar a Regulação Emocional com base na teoria de Gross pode contribuir para a avaliação do construto de RE. Para isso, além da elaboração dos itens, é necessário que se busque por evidências preliminares dos parâmetros psicométricos da medida, essenciais para explorar suas evidências de validade e indicadores de confiabilidade, elementos indispensáveis para qualquer instrumento psicológico (Clark & Watson, 2019). Diante disso, o presente trabalho está dividido em dois estudos principais: Estudo 1: Construção da Medida e Verificação da Validade de Conteúdo - Nesta etapa, foi realizada a construção do teste, incluindo a definição das dimensões e elaboração dos itens, análise de juízes com 4 especialistas e análise semântica com 9 sujeitos. Esse processo visa verificar se o instrumento reflete adequadamente os conceitos teóricos subjacentes à regulação emocional, bem com a clareza e relevância do construto. Estudo 2: Verificação Preliminar dos Parâmetros Psicométricos da Medida e Busca de Evidências de Validade por construto

relacionado. O segundo estudo focou na avaliação preliminar das propriedades psicométricas do teste, analisando estatísticas descritivas, item-resto e *Alfa* de *Cronbach* se cada item fosse retirado, bem como a consistência interna de cada dimensão. Além disso, foram investigadas evidências de validade pela relação do construto relacionado usando a variável personalidade, no modelo dos Cinco Grandes Fatores. A expectativa é que os resultados obtidos mesmo que preliminares, possam contribuir para a compreensão e avaliação da RE, oferecendo um norte para futuras pesquisas e aplicações práticas.

Avaliação da Inteligência e Inteligência Emocional

Os estudos sobre inteligência iniciaram praticamente junto com o surgimento da psicologia como ciência independente, a partir do primeiro laboratório experimental de psicologia criado por Wilhelm Wundt em 1879. Nesse contexto, pesquisadores como Galton (1880), Binet (1900), e Spearman (1904) dedicaram-se ao estudo desse construto (Pasquali, 2017). Os teóricos sobre inteligência a definem como a capacidade de raciocínio abstrato, resolução de problemas e capacidade de apreender significados e generalizar (Mayer, Salovey & Caruso, 2016; Flores-Mendoza & Saraiva, 2018).

O estudo da inteligência tem raízes em diversas abordagens pioneiras ao longo da história da psicologia conforme aponta Schneider e McGrew (2012) como Francis Galton (1880-1890) amplamente reconhecido como o precursor do campo das diferenças individuais, devido ao seu interesse em medir, descrever e quantificar as variações humanas, além de explorar a hereditariedade de traços como o gênio, para ele, o gênio não era apenas uma habilidade excepcional em uma área específica, mas sim um conjunto de características que eram, em grande parte, herdadas. Ele abriu caminhos para o entendimento das diferenças individuais por meio de métodos científicos. Segundo os autores, no entanto, o estudo das diferenças individuais em aspectos como o tempo de reação é atribuído ao trabalho realizado

no laboratório de Wilhelm Wundt, na Alemanha. Embora Wundt tivesse pouco interesse específico nesse tema, ele forneceu as bases experimentais para que outros o explorassem. Um de seus alunos, o psicólogo americano James McKeen Cattell, aprofundou-se no estudo das diferenças individuais e foi o responsável por introduzir o termo teste mental em 1890, marcando um avanço importante no campo.

Outro aluno de Wundt, Spearman, influenciado pelas ideias de Galton, também contribuiu significativamente para a psicologia diferencial. Spearman dedicou-se à mensuração das diferenças individuais, particularmente na discriminação sensorial, e desenvolveu em 1904 sua famosa teoria dos dois fatores. Essa teoria propõe que a inteligência pode ser compreendida a partir de um fator geral, denominado *g*, responsável por desempenhos gerais em diversas tarefas cognitivas, e fatores específicos que explicam habilidades particulares. Desafiando a ideia de um fator único de inteligência geral, proposta por Spearman, Thurstone desenvolveu a teoria das aptidões primária da inteligência, baseada em suas análises estatísticas avançadas, especialmente o método de análise fatorial. Segundo Thurstone, a inteligência não é unidimensional, mas composta por várias habilidades cognitivas independentes, chamadas de fatores primários, em 1938, Thurstone identificou sete fatores primários da inteligência sendo eles: Compreensão verbal, Fluência verbal, Aptidão numérica, Raciocínio, Percepção espacial, Memória associativa, Rapidez perceptual (Schneider & McGrew, 2012).

Ampliando os debates iniciados por Spearman e Thurstone, Raymond Cattell (1940), aluno de Spearman, utilizou métodos de análise fatorial inspirados em Thurstone para estudar um conjunto de dados obtidos durante o encontro de especialistas em inteligência e psicometria nos Estados Unidos *Western Reserve Conference on Intelligence Testing WERCOF* e os dos dados coletados nos estudos de Thurstone o *Primary Mental Abilities PMA*. Em seu trabalho Cattell argumentou que o fator geral de inteligência (*g*) proposto por

Spearman seria melhor compreendido no modelo hierárquico que concebia dois tipos de inteligência: fluida (Gf) e cristalizada (Gc). A inteligência fluida refere-se à capacidade de resolver problemas novos e adaptar-se a situações desconhecidas, pode ser compreendida como uma habilidade inata. Enquanto a inteligência cristalizada está relacionada ao conhecimento acumulado e habilidades adquiridas ao longo do tempo, desenvolvida através de experiências culturais e educacionais. Entre os anos de 1965 a 1990, Horn, Cattell e outros pesquisadores realizaram estudos sistemáticos confirmando o modelo Gf-Gc original e adicionando novos fatores. Horn expandiu a teoria Gf-Gc incluindo oito novos fatores: memória de curto prazo (Gsm), inteligência visual (Gv), inteligência auditiva (Ga), memória de longo prazo (Glr), velocidade de processamento cognitivo (Gs), velocidade de decisão correta (CDS) e conhecimento quantitativo (Gq), habilidade de leitura/escrita (Grw) (Schneider & McGrew, 2012).

Na década de 1990, segundo Schneider e McGrew (2012) John Carroll realizou uma extensa reanálise de mais de 460 conjuntos de dados, abrangendo os estudos sobre habilidades cognitivas humanas desde Spearman. Com o resultado de sua pesquisa ele propôs o modelo dos três estratos, que organiza habilidades cognitivas de forma sistemática e hierárquica. O modelo de Carroll divide as habilidades cognitivas em três níveis: Estrato III: Representa o fator geral de inteligência (g). Estrato II: Inclui oito habilidades amplas: inteligência fluida (Gf), inteligência cristalizada (Gc), memória geral (Gy), percepção visual ampla (Gv), percepção auditiva ampla (Ga), capacidade de recuperação (Gr), rapidez cognitiva (Gs) e tempo de reação (Gt). Estrato I: Contém habilidades específicas subordinadas às habilidades amplas do Estrato II como por exemplo: a compreensão verbal e desenvolvimento da linguagem (estrato I), no fator Inteligência cristalizada (fator II), e ao fator geral g do Estrato III. A principal contribuição de Carroll foi criar uma taxonomia empiricamente fundamentada, integrando um século de análises fatoriais em uma estrutura única e coerente.

Poucos anos mais tarde McGrew em 1997 realizou estudos buscando integrar e confirmar os modelos de habilidades cognitivas de Cattell-Horn e Carroll, utilizando 37 medidas do *Woodcock-Johnson Revised* WJ-R em uma amostra de 1291 participantes. Quatro modelos Gf-Gc foram analisados, com base nas cargas fatoriais reportadas por McGrew *et al.* (1991), Woodcock (1990) e Carroll (1993) (McGrew, 1997). A análise buscou determinar as diferenças entre fatores amplos (nível II) e específicos (nível I) conforme a teoria de Carroll, foi concluído que seria possível criar um modelo de integração entre os modelos de inteligência de Cattell-Horn e Carroll, destacando alguns pontos de observação: manter o Raciocínio/Conhecimento Quantitativo (Gq) separado da Inteligência Fluida (Gf); adicionar as habilidades de Leitura e Escrita em um fator geral de Leitura-Escrita (Grw); incluir o Conhecimento Fonológico no fator de Processamento Auditivo (Ga); manter a Memória a Curto Prazo em um fator geral (Gsm) e colocar as habilidades de Armazenamento e Recuperação em um fator de Recuperação (Glr) (Schelini, 2006). Desta forma, ele organiza fatores gerais (Camada II), específicos (Camada I) e um fator geral de inteligência (Camada III, não visível na imagem). A integração proposta por McGrew reforçou a robustez do modelo CHC ao evidenciar a necessidade de distinções mais precisas entre os fatores cognitivos. Desta forma, a separação do Raciocínio/Conhecimento Quantitativo (Gq) da Inteligência Fluida (Gf) e a inclusão de Leitura-Escrita (Grw) como fator independente ampliaram a aplicabilidade do modelo em avaliações psicológicas e educacionais. Além disso, a organização da Memória a Curto Prazo (Gsm) e da Recuperação (Glr) permitiu uma compreensão mais detalhada dos processos de retenção e recuperação da informação, tornando o modelo mais abrangente e coerente com as evidências empíricas. É possível observar na tabela 1 como ficou o modelo CHC:

Tabela 1

Modelo CHC de inteligência

Fatores gerais Camada II		Fatores específicos Camada I	
Inteligência/ Raciocínio Fluido (<i>Gf</i>)	·Raciocínio Sequencial Geral (<i>RG</i>) ·Indução (<i>I</i>) ·Raciocínio Quantitativo (<i>RQ</i>)	·Raciocínio Piagetiano (<i>RP</i>) ·Velocidade de Raciocínio (<i>RE</i>)	
Raciocínio/ Conhecimento Quantitativo (<i>Gq</i>)	·Conhecimento Matemático (<i>KM</i>) ·Desempenho Matemático (<i>A3</i>)		
Inteligência/ Raciocínio Cristalizado (<i>Gc</i>)	·Desenvolvimento da Linguagem (<i>LD</i>) ·Conhecimento Léxico (<i>VL</i>) ·Capacidade Auditiva (<i>LS</i>) ·Informação Geral (<i>K0</i>) ·Informação sobre a Cultura (<i>K2</i>)	·Informação sobre a Ciência (<i>K1</i>) ·Desempenho em Geografia (<i>A5</i>) ·Capacidade de Comunicação (<i>CM</i>)	·Produção Oral e Fluência (<i>OP</i>) ·Sensibilidade Gramatical (<i>MY</i>) ·Proficiência em Língua Estrangeira (<i>KL</i>) ·Aptidão para Língua Estrangeira (<i>LA</i>)
Memória a Curto Prazo (<i>Gsm</i>)	·Extensão da Memória (<i>MS</i>) ·Capacidade de Aprendizagem (<i>LI</i>)	·Memória de Trabalho (<i>MW</i>)	
Inteligência/ Processamento Visual (<i>Gv</i>)	·Visualização (<i>VZ</i>) ·Relações Espaciais (<i>SR</i>) ·Memória Visual (<i>MV</i>) ·Velocidade de Finalização (<i>CS</i>) ·Flexibilidade de Finalização (<i>CF</i>)	·Análise Espacial (<i>SS</i>) ·Integração Perceptual em Série (<i>PI</i>) ·Estimação de Comprimento (<i>LE</i>)	·Percepção de Ilusões (<i>IL</i>) ·Alternações Perceptivas (<i>PN</i>) ·Imagens (<i>IM</i>)
Inteligência/ Processamento Auditivo (<i>Ga</i>)	·Codificação Fonética (<i>PC</i>) ·Discriminação da Linguagem Sonora (<i>US</i>) ·Resistência a Estímulos Auditivamente Distorcidos (<i>UR</i>) ·Memória para Padrões de Sons (<i>UM</i>)	·Discriminação Geral de Sons (<i>U3</i>) ·Localização Temporal (<i>UK</i>) ·Avaliação e Discriminação musical (<i>UI, U9</i>) ·Manutenção e Avaliação do Ritmo (<i>U8</i>)	·Discriminação da Duração do Som (<i>U6</i>) ·Discriminação da Frequência Sonora (<i>U5</i>) ·Limiar da Audição e Linguagem (<i>UA, UT, UU</i>) ·Tom Absoluto (<i>UP</i>) ·Localização Sonora (<i>UL</i>)
Armazenamento e Recuperação Associativa a Longo Prazo (<i>Glr</i>)	·Memória Associativa (<i>MA</i>) ·Memória para Significados (<i>MM</i>) ·Memória Espontânea (<i>M6</i>) ·Fluência de Ideias (<i>FI</i>) ·Fluência para Associações (<i>FA</i>)	·Fluência p/ Expressões (<i>FE</i>) ·Facilidade de Nomear (<i>NA</i>) ·Fluência de Palavras (<i>FW</i>) ·Fluência Figural (<i>FF</i>) ·Flexibilidade Figural (<i>FX</i>)	·Sensibilidade p/ Problemas (<i>SP</i>) ·Originalidade/Criatividade (<i>FO</i>) ·Capacidade de Aprendizagem (<i>LI</i>)
Velocidade de Processamento Cognitivo (<i>Gs</i>)	·Velocidade Perceptual (<i>P</i>) ·Velocidade de Resposta ao Teste (<i>R9</i>)	·Facilidade Numérica (<i>N</i>)	
Tempo/ Velocidade de Decisão/Reação (<i>Gt</i>)	·Tempo de Reação Simples (<i>RI</i>) ·Tempo de Reação para Escolha (<i>R2</i>)	·Velocidade de Processamento Semântico (<i>R4</i>)	·Velocidade de Comparação Mental (<i>R7</i>)
Leitura-Escrita (<i>Grw</i>)	·Decodificação da Leitura (<i>RD</i>) ·Compreensão da Leitura (<i>RC</i>) ·Compreensão da Ling. Verbal (<i>V</i>) ·Capacidade para Completar Sentenças (<i>CZ</i>)	·Capacidade Ortográfica (<i>SG</i>) ·Capacidade de Escrita (<i>WA</i>)	·Conhecimento do Uso da Língua Nativa (<i>EU</i>) ·Velocidade de Leitura (<i>RS</i>)

Fonte: Modelo CHC: Schelini, 2006

Enquanto os modelos de inteligência propostos por autores como Cattell-Horn e Carroll, entre outros, enfocam principalmente habilidades cognitivas como raciocínio, memória e processamento, outros tipos de capacidades humanas também ganham destaque no campo da psicologia. Entre eles, a Inteligência Emocional surge como um conceito essencial, ampliando a compreensão sobre a inteligência. Nesse sentido, ela é definida como um tipo de inteligência, descrita como a capacidade de uma pessoa pensar sobre suas emoções e utilizar esses conteúdos emocionais para subsidiar os pensamentos e a tomada de decisão. Essencialmente, trata-se da habilidade de lidar com as emoções de forma adaptativa (Mayer & Salovey, 1990;

Mayer, Caruso & Salovey, 2016; Vieira-Santos *et al.*, 2018).

Os primeiros estudos que ampliaram a noção de inteligência para além da capacidade intelectual geral datam a década de 1930, com os estudos de Thorndike. O autor conceituou e definiu a Inteligência Social (IS), descrevendo-a como a habilidade do indivíduo de perceber suas próprias emoções e as emoções de outras pessoas, e agir com base nessas informações (Vieira-Santos *et al.*, 2018). Décadas depois, o termo Inteligência Emocional (IE) apareceu pela primeira vez na tese de doutorado de Howard E. Payne, em 1985 (Pacheco, 2023). Somente na década de 1990, a Inteligência Emocional foi formalmente introduzida na literatura acadêmica com os trabalhos de Salovey e Mayer, que desenvolveu a primeira teoria sobre esse constructo. Eles descreveram a IE como um subconjunto da Inteligência Social, com grande semelhança com a definição original de Thorndike, mas com ênfase nas habilidades relacionadas à percepção, uso e regulação das emoções (Salovey & Mayer, 1990).

Desde então, a Inteligência Emocional tem sido amplamente investigada, com estudos buscando integrá-la a modelos tradicionais de inteligência. Um exemplo significativo é o estudo conduzido por McCann *et.al* (2014), que analisou a compatibilidade da IE, no modelo de Mayer, Caruso e Salovey (2002), com o modelo Cattell-Horn-Carroll (CHC). Os resultados indicaram que o modelo de IE atende aos critérios para ser considerado um tipo de inteligência. Os dados foram analisados e ajustados em uma série de modelos estruturais, envolvendo indicadores para inteligência fluida (Gf), inteligência cristalizada (Gc), raciocínio quantitativo (Gq), processamento visual (Gv), ampla capacidade de recuperação (Glr), percepção de emoção, compreensão da emoção e gerenciamento emocional. Foram realizadas análises no modelo unidimensional, multidimensional, hierárquico e solução bifatorial em uma amostra composta por 688 sujeitos. Os resultados apresentaram um ajuste adequado para dois modelos: um modelo oblíquo de oito fatores (com cinco fatores de capacidade cognitiva tradicionais e três fatores de IE), e uma solução hierárquica (com g cognitivo no nível mais alto e IE

representando um fator de segundo estrato que carrega em g em $r = 0,80$). Assim, o modelo confirma a hipótese de que a IE é um fator da habilidade cognitiva.

A pesquisa discutida anteriormente utilizou o conceito de inteligência emocional baseado no modelo de habilidade cognitiva, que foca na capacidade de perceber, compreender, regular e utilizar emoções de forma adaptativa. No entanto, é importante destacar que ao longo das últimas três décadas, a inteligência emocional tornou-se um campo de estudo amplo e diversificado, resultando no surgimento de diferentes abordagens teóricas. Os principais modelos de inteligência emocional incluem: modelo baseado em traços de personalidade, o modelo de habilidades cognitivas e o modelo misto, que combina elementos de ambos (Matthews, Zeidner & Roberts, 2020). O Modelo de Traços de Personalidade atribui importância a características emocionais, como sociabilidade, empatia e otimismo, que estão associadas à maneira como os indivíduos interagem com os outros. A teoria da Inteligência Emocional Traço surgiu pela primeira vez nos estudos de Petrides em 2001 e refere-se às disposições e características emocionais estáveis e duradouras de um indivíduo, diferente da inteligência emocional como habilidade, que pode ser desenvolvida e aprimorada ao longo do tempo. A IE traço é vista como parte da personalidade da pessoa, refletindo como ela tende a perceber, processar e gerenciar suas emoções e as dos outros de maneira consistente. O Modelo de IE de Petrides se baseia em quatro fatores: bem-estar, autocontrole, emocionalidade e sociabilidade (Petrides & Furnham 2001).

O Modelo de Habilidades Cognitivas enfatiza as capacidades específicas de processamento emocional, como identificar, compreender, regular e utilizar as emoções para resolver problemas e tomar decisões. Na teoria proposta por Mayer e Salovey (1997) a IE é a capacidade de um indivíduo de observar seus próprios sentimentos e os dos outros, a fim de discriminá-los e usar esses sentimentos para orientar o pensamento. No modelo atualizado, Mayer, Caruso e Salovey (2016) compreendem os processos mentais envolvidos na

Inteligência emocional em quatro fatores sendo eles: a) percepção e expressão da emoção; b) utilização das emoções para orientar o pensamento; c) compreensão e raciocínio emocional; d) regulação emocional própria e nos outros.

A habilidade de perceber e expressar emoções são consideradas básicas, desde que o bebê nasce, ele começa a aprender a perceber as emoções dos outros através das expressões faciais. Ao expressar suas próprias emoções, como no choro, por exemplo, o bebê observa as reações de seus cuidadores e, conforme cresce, adquire mais conhecimento, aprendendo a fazer discriminações mais complexas e percebendo até mesmo a diferença entre um sorriso sincero e um sorriso por educação (Mayer, Caruso & Salovey, 2016). Portanto, a capacidade de perceber emoções refere-se à identificação da emoção e conteúdo emocional em si mesmo, nos outros, em objetos e situações, bem como expressar adequadamente as emoções. A utilização da emoção para facilitar o pensamento consiste em utilizar as experiências emocionais para direcionar a atenção. É a capacidade de usar as emoções para modificar o pensamento e acessar, gerar, identificar e refletir sobre emoções que possam auxiliar na resolução de um problema, tornando assim mais produtivo. Por exemplo, uma pessoa que deseja muito uma vaga de emprego e precisa realizar uma prova difícil para o processo de seleção pode usar a emoção, nesse caso, a motivação pela vaga, para direcionar o pensamento e se concentrar na prova, focando sua atenção (Mayer, Caruso & Salovey, 2016).

Segundo Mayer *et. al* (2011) a compreensão emocional refere-se à habilidade de identificar as emoções, entender seus processos de desenvolvimento e refletir de forma apropriada sobre elas. A capacidade de compreensão emocional se daria então, quando nos eventos do dia a dia o indivíduo consegue reconhecer e compreender a emoção que está sentindo, como ela se desenvolveu, raciocinando assim sobre seu processo emocional.

E por último a Regulação Emocional é vista de duas formas: a capacidade de regular a emoção em si e a capacidade de ajudar a regular a emoção de outra pessoa. Para regular a

emoção em si, outros componentes para que o processo regulatório ocorra precisam acontecer, sendo eles: perceber, conhecer e utilizar adequadamente as emoções. Sendo assim, a pessoa é exposta a alguma emoção, e a Regulação Emocional ocorre quando o indivíduo é capaz de observar que houve uma emoção, distinguir qual a emoção está sentindo e, então, ser capaz de dar uma resposta adequada a essas emoções (Mayer, Caruso & Salovey, 2016).

Ainda segundo os autores Mayer, Caruso e Salovey (2016) as emoções podem ocorrer por meio de uma experiência no momento presente ou por meio de pensamentos. Por exemplo, uma pessoa pode perder uma vaga de emprego que almejava muito e, ao perceber que está sentindo tristeza, pode racionalizar os motivos que a levaram a sentir essa emoção, podendo, então, dar uma resposta emocional adequada, entendendo o que está acontecendo com seus processos emocionais. Neste caso, a pessoa precisa ser capaz de encontrar uma solução que mude seu estado emocional para sentir-se melhor, como pensar que pode se preparar melhor para o próximo processo de seleção para concorrer à vaga. Vale ressaltar que é esperado que as pessoas sintam tristeza em uma situação assim; a questão é saber lidar com a emoção para que esta não venha a prejudicar outras áreas da vida.

Já a Regulação Emocional do outro diz respeito à capacidade de observar a emoção que o outro está experienciando e ajudá-lo no processo regulatório (Mayer, Caruso & Salovey, 2016). Pode-se citar como exemplo, ao perceber que um amigo está frustrado por não ter passado em uma entrevista de emprego, uma abordagem empática e reguladora poderia incluir validar seus sentimentos como dizer que é compreensível o que esteja sentindo, apontando que é uma situação difícil. Podendo ainda, oferecer suporte prático e emocional se oferecendo para ajudar a revisar o que pode ser melhorado.

O Modelo Misto de Inteligência Emocional (IE) combina habilidades cognitivas com traços de personalidade, integrando competências emocionais e características individuais. Autores como Daniel Goleman e Reuven Bar-On adotam essa abordagem para explicar a IE.

Goleman (1995) propõe que a IE envolve cinco habilidades centrais: autoconsciência, gerenciamento das emoções, motivação, empatia e habilidades sociais. Já Bar-On (1997) estrutura sua teoria em cinco categorias principais: intrapessoal, interpessoal, gerenciamento de estresse, adaptabilidade e humor geral, cada uma com foco em aspectos diferentes da regulação emocional e social (Bar-On, 2006).

As diversas concepções de inteligência emocional, exploradas nos modelos anteriores, são operacionalizadas por meio de instrumentos que permitem quantificar e comparar os níveis de inteligência emocional. Esses instrumentos podem ser classificados em dois tipos principais: os de desempenho, que são testes nos quais o respondente tem uma bateria de provas para resolver problemas, geralmente os modelos baseados em habilidades utilizam este modelo. E os de autorrelato, nos quais o respondente escolhe a opção que melhor o descreve, partindo de sua percepção, bastante utilizado nos modelos de traços de personalidade (Peixoto, 2023). São exemplos de medidas de desempenho: Escala Multifatorial de Inteligência Emocional (MEIS); Mayer, Salovey e Caruso Teste de Inteligência Emocional (MSCEIT). Exemplos de medidas de autorrelato são: *Trait Meta Mood Scale* (TTMS); Quociente Emocional QE de Goleman (1995); Inventário de Quociente Emocional (EQ-I); Escala de Avaliação das Emoções (AES); Escala de Inteligência emocional de Wang e Law (WLEIS).

O presente trabalho, por sua vez, se fundamenta na abordagem de inteligência emocional como uma habilidade cognitiva, dada sua ênfase no processamento e aplicação das emoções no contexto das funções cognitivas, utilizando-se o modelo de Inteligência Emocional proposta por de Mayer, Salovey e Caruso (2016). Os pesquisadores definem quatro elementos-chave para mensurar esse fenômeno: a capacidade de perceber emoções, a habilidade de utilizar as emoções para facilitar o pensamento, o conhecimento emocional e a capacidade de regular as emoções. Os autores partem do pressuposto de que as inteligências são mais precisamente avaliadas quando os indivíduos enfrentam desafios que exigem solução, o que

permite examinar os padrões de suas respostas. Dessa forma, a medida desenvolvida segue esse modelo cognitivo, permitindo avaliar a Inteligência Emocional a partir de situações que envolvem processos mentais.

Neste estudo, será contemplado apenas um dos fatores da IE, a Regulação Emocional. Os processos de Regulação Emocional são importantes em qualquer momento da vida e em diferentes cenários. Uma medida de Regulação Emocional pode ser muito útil para indicar ações que precisam ser realizadas para diminuir os impactos do sofrimento psicológico, tanto no âmbito da educação, como organizacional, clínica, enfim, em qualquer esfera social, e assim, promover treinamento para que as pessoas desenvolvam habilidades para sua regulação emocional. Optou-se por essa abordagem para uma compreensão mais aprofundada do construto e dos processos cognitivos e comportamentais envolvidos nessa dimensão. O próximo tópico ampliará a discussão sobre este fator.

Regulação Emocional

A capacidade de lidar com as respostas emocionais, sejam agradáveis ou desagradáveis, bem como controlá-las e expressá-las adequadamente, é definida segundo Mayer e Salovey (1997) como regulação emocional. Para compreender melhor os processos de regulação emocional, é importante definir a emoção.

Emoção e sentimentos são frequentemente utilizados como sinônimos, embora haja uma distinção entre eles. A emoção é um processo psicofisiológico, sendo reações a estímulos do ambiente. Segundo Damásio (2000), no momento em que se recebe o estímulo, uma série de ações são iniciadas no organismo, incluindo alterações nas reações endócrinas, musculares e pulmonares; o corpo se prepara para agir, o que ocorre em poucos segundos. Esse processo é compreendido como um mecanismo de sobrevivência da espécie, e a emoção se expressa em comportamento, sendo passível de observação. Por exemplo, é possível observar todas as

alterações fisiológicas quando uma pessoa está com medo.

Por outro lado, os sentimentos são compreendidos de forma diferente. Ao contrário das emoções, não é possível observar as reações físicas causadas pelo sentimento, e ele ocorre de maneira mais cognitiva sobre o que se passa com o corpo. Sua intensidade em termos de reação é menor e seu tempo de duração é maior, podendo durar a vida toda, como no caso do sentimento de amor (Damásio, 2000).

Em relação à definição de emoção, Mayer e Salovey (1997) a consideram como respostas organizadas que envolvem diversos subsistemas psicológicos, incluindo processos fisiológicos, cognitivos e empíricos. As emoções surgem em resposta a um evento, interno ou externo, e o significado que o indivíduo atribui a elas pode ser positivo ou negativo. Essas respostas são compreendidas como emoções adaptativas, que, por meio da interação, podem resultar em uma transformação enriquecedora, tanto pessoal quanto socialmente. Mayer e Salovey (1997); Smith e Lazarus, (1990) corroboram descrevendo que a emoção compõe vários elementos, provocando uma resposta psicobiológica, com a emoção sendo o conjunto da resposta biológica e dos aspectos psicossociais nos quais o sujeito se desenvolveu. Assim, apesar de haver um componente fisiológico, o comportamento humano é impulsionado pelo sujeito, levando em consideração o contexto e a cultura.

As emoções desempenham um papel fundamental na adaptação humana, guiando nossas ações e decisões em resposta às diversas situações que enfrentamos (Mayer & Salovey, 1990; Gross, 1998, 2015; Miguel, 2015; McRae & Gross, 2020). Contudo, nem sempre, segundo os autores, as emoções levam à adaptação. Em muitos casos, as emoções podem nos impulsionar a agir de forma construtiva, facilitando a resolução de problemas e o fortalecimento de relacionamentos. No entanto, em outras situações, como um surto de raiva no trânsito que desencadeia uma briga, as emoções podem nos levar a comportamentos impulsivos e disfuncionais, comprometendo nossa capacidade de adaptação e bem-estar.

Plutchik é reconhecido como um estudioso das emoções, cuja contribuição principal é a Teoria Psicoevolutiva das Emoções. Essa teoria, fundamentada nos princípios da teoria Darwiniana, sugere que os seres humanos continuam a evoluir em seus processos físicos e mentais em busca de uma adaptação cada vez mais eficaz. Nesse modelo, Plutchick (2001) considera oito emoções básicas: alegria, ansiedade, raiva, aversão, tristeza, surpresa, medo e aceitação. Além dos pressupostos citados, o autor faz referência a três modelos interrelacionados como base de sua teoria: estrutural, sequencial e derivativo. No modelo estrutural, há três atributos básicos das emoções: intensidade, similaridade e polaridade. A intensidade refere-se à força ou grau de uma emoção, indicando quão intensamente uma pessoa está experimentando essa emoção. Por exemplo, a alegria pode ser sentida de maneira leve ou intensa, dependendo do contexto.

A similaridade, neste atributo descreve o quão próximas ou distantes as emoções estão umas das outras em termos de experiência subjetiva. Emoções similares são aquelas que compartilham características emocionais comuns, como a alegria e a serenidade que podem ser vistas como emoções positivas. A polaridade refere-se à direção da emoção, se é percebida como positiva ou negativa, as pessoas percebem as emoções de maneira bipolar em suas vivências diárias. Por exemplo, a alegria é considerada uma emoção positiva, enquanto o medo é considerado uma emoção negativa.

O modelo sequencial diz respeito ao sistema de *feedback* circular no qual desencadeia processos emocionais, com a interação entre os estados físicos e a experiência. A resposta emocional dependerá de como cada pessoa interpretará o evento ocorrido. Um evento, seja interno ou externo, desencadeia uma emoção que impulsiona uma resposta, sendo essas respostas, por vezes, evidentes, por vezes sutis. O efeito dessa ação realimenta o sistema, e se a ação for capaz de diminuir a tensão, o sujeito tenderá a diminuir os comportamentos se não, provocará outra emoção e um comportamento correspondente, provocando assim um sistema

de retroalimentação. O terceiro modelo, o derivativo, refere-se ao processo pelo qual emoções mais complexas são formadas a partir das emoções básicas por meio de combinações específicas. Plutchik identificou oito emoções básicas (alegria, tristeza, raiva, medo, confiança, nojo, surpresa e antecipação) e mostrou como essas emoções podem ser combinadas para formar emoções secundárias (como amor, remorso, otimismo, entre outras) e emoções terciárias. Essas combinações são o resultado da derivação das emoções básicas, ilustrando como a variedade de emoções que experimentamos pode ser explicada a partir de um conjunto limitado de componentes básicos (Plutchick, 2001).

Plutchik (2001), em sua Teoria Psicoevolutiva das Emoções, descreve como as emoções básicas e seus símbolos formam um sistema adaptativo que orienta comportamentos. Esse modelo contribui para a compreensão das respostas emocionais como processos estruturados e evolutivos. Assim, ao analisar as perspectivas de Plutchik em conjunto com Mayer e Salovey (1990, 1997), Smith e Lazarus (1990), Gross (1998, 2015), Miguel (2015), Damásio (2000) e McRae e Gross (2020), observa-se uma concordância quanto à resposta emocional ser um processo adaptativo e motivador, direcionando e norteando a ação.

A partir da conceitualização das emoções, pode-se explorar a Regulação Emocional. A Regulação Emocional estuda como as pessoas gerenciam suas emoções, controlando sua intensidade, duração e expressão. Existem dois principais enfoques de estudo neste campo: a) Regulação Emocional como Construto: Aqui, a RE é vista como um conceito psicológico fundamental. Os pesquisadores medem estratégias específicas que as pessoas usam para lidar com suas emoções, como suprimir ou reavaliar emoções (Gross, 1998, 2015). b) Regulação Emocional como Parte da Inteligência Emocional: A IE é um constructo mais amplo que inclui a capacidade de perceber, entender, usar e regular as emoções próprias e dos outros. Nesse contexto, a RE é frequentemente considerada como um dos componentes ou fatores da IE, juntamente com outros como: percepção, facilitação e compreensão emocional. (Mayer &

Salovey, 1990, 1997; Mayer, Caruso & Salovey 2016). Portanto, os estudos sobre RE exploram tanto as estratégias específicas que as pessoas usam para lidar com suas emoções quanto seu papel dentro da IE. Mayer e Salovey, por exemplo, têm estudado e buscado mensurar a RE dentro da IE (Mayer & Salovey, 1990, 1997; Mayer, Salovey & Caruso 2016), enquanto Gross (1998, 2015) estuda esse fenômeno de forma mais independentemente, porém, entende que há uma integração com a IE (Peña-Sarrionandia, Mikolajczak & Gross, 2015).

Para que um indivíduo regule suas emoções e alcance o resultado desejado, é necessário: ter a capacidade de gerir suas emoções de maneira eficaz; saber gerir as emoções do outro; analisar e decidir a melhor estratégia para diminuir, conservar ou aumentar a resposta emocional; observar e ponderar a resposta frente às emoções, independentemente de serem agradáveis ou não; manter-se aberto a senti-las e analisar os conteúdos que podem transmitir; identificar se a emoção é útil e deixar-se envolver (Mayer, Caruso & Salovey, 2016).

A Regulação Emocional é caracterizada, conforme apresenta Rodrigues e Gondim (2014), como uma série de processos neurofisiológicos, cognitivos e comportamentais, podendo ser conscientes ou automáticos, que têm a função de manifestar as emoções, impactando no bem-estar social, desenvolvimento pessoal e na aprendizagem. Diz respeito ainda ao gerenciamento adequado das emoções utilizando-se das capacidades cognitivas na busca da melhor estratégia a fim de potencializar emoções positivas e minimizar as negativas. A Regulação Emocional, para Gross (2015), é o processo da transformação do andamento dos elementos da resposta emocional. Nesse sentido, a RE induz qual emoção o indivíduo tem, a intensidade, o tempo de duração e a qualidade em termos de experiência, ação e expressão da emoção.

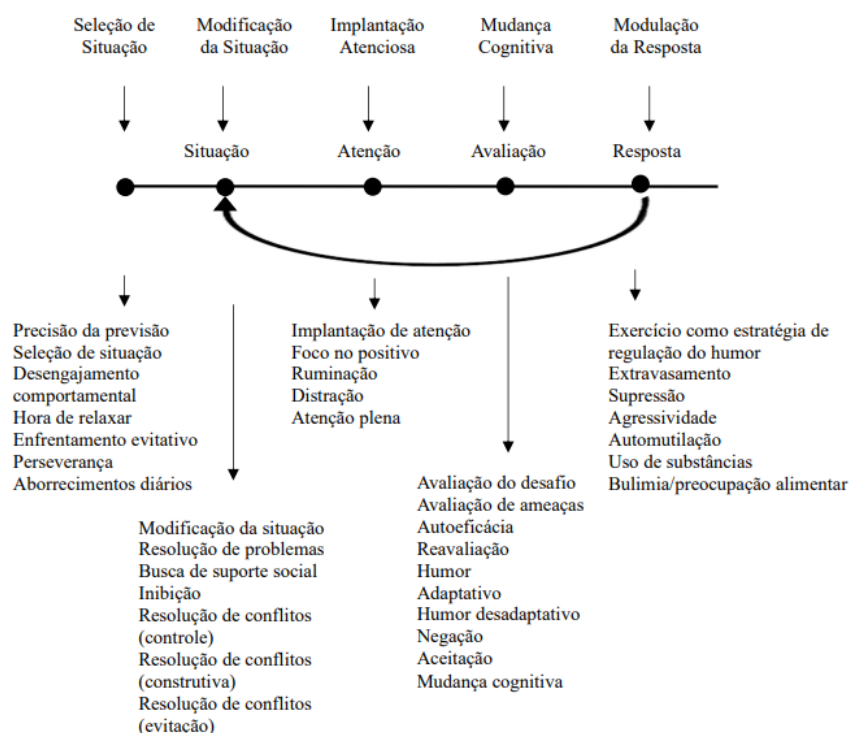
Há mais de trinta anos, o renomado pesquisador James Gross tem se dedicado ao estudo da RE. Em 1998, ele desenvolveu um modelo teórico que fornece uma estrutura detalhada para categorizar os diferentes sistemas de Regulação Emocional. Este modelo classifica cinco

categorias principais de estratégias de Regulação Emocional: seleção de situação, modificação da situação, implantação atenciosa, mudança cognitiva e modulação da resposta. Cada uma dessas categorias representa uma etapa distinta no processo de regulação das emoções, desde a escolha das situações que enfrentamos até a forma como respondemos emocionalmente a elas (Gross, 2015).

Gross (2015) enfatiza que os indivíduos podem intervir na regulação emocional em diferentes momentos, estes são considerados nível micro e macro. Nos primeiros milissegundos após o surgimento da emoção, considerado o nível micro, é possível intervir rapidamente para modificá-la. Alternativamente, os indivíduos também podem regular suas emoções horas ou até dias após a experiência emocional inicial, considerado o nível macro. Esta flexibilidade temporal permite uma abordagem adaptativa e personalizada à regulação emocional conforme apresentado na Figura 1 e detalhado na sequência:

FIGURA 1

Modelo de Processo de Regulação Emocional



Fonte: Modelo de Regulação Emocional: Gross (1998). Tradução da autora

A seleção de situação, segundo Gross (1998, 2015), refere-se aos processos de RE através da escolha entre participar ou fugir de locais ou pessoas que possam causar uma emoção negativa. Nessa categoria, há dois processos estratégicos: o confronto e a evitação. O confronto diz respeito ao indivíduo enfrentar a emoção negativa, avaliando os benefícios que ela pode trazer. Uma pessoa, por exemplo, que tem medo de dirigir, pode se beneficiar ganhando independência ao enfrentar seu medo. Já a evitação é a fuga de ocasiões que possam evocar emoções negativas, avaliando se a situação não traz benefícios futuros e não tem impacto negativo com a escolha.

A modificação da situação refere-se à transformação da situação a fim de diminuir os impactos emocionais negativos. Nessa família de estratégias, há três táticas para a RE: a modificação da situação, a busca de ajuda ou apoio e a resolução de problemas. A modificação da situação são ações diretas que os indivíduos tomam para enfrentar a situação; um exemplo seria estudar para tirar uma boa nota na prova. A busca de ajuda ou apoio é o contato realizado a fim de obter ajuda de outras pessoas, por exemplo, pedir ajuda a um colega de trabalho para finalizar uma atividade antes de encerrar o expediente. A resolução de conflitos trata-se de ações para modificar uma situação potencialmente conflitante, como, por exemplo, sentar e conversar com o filho por não querer estudar (Gross, 1998, 2015).

A implantação atenciosa é a modificação da emoção através da atenção. Segundo Gross (1998, 2015), há três meios de usar a atenção para a RE: distração, ruminação e atenção plena. A distração da situação pode ser tanto física quanto interna. Como exemplo de situação física, pode-se citar uma corrida a fim de lidar com uma situação de raiva. A interna é o redirecionamento da atenção para focar nos pensamentos na situação vivenciada sem, porém, focar nas emoções, ou ainda pensar em outra situação. A ruminação refere-se à atenção constante a pensamentos e emoções negativas, como exemplo: após uma crítica de trabalho a

pessoa fica pensando repetidamente sobre isso, e se sente cada vez pior. A atenção plena refere-se à consciência focada de forma proposital no momento presente. É a observação do que ocorre internamente e externamente, sem julgamentos, buscando equilíbrio entre o que se sente e pensa (interno) e como se comporta (externo), como exemplo pode-se citar durante a alimentação estar consciente percebendo cores, texturas e sabores do alimento sem se distrair com os pensamentos.

A mudança cognitiva corresponde a utilizar o pensamento para modificar a maneira como a pessoa se sente. A mudança dos pensamentos pode estar relacionada à forma como o indivíduo interpreta a situação em si ou sobre sua habilidade de gerenciar as situações. Nessa categoria, há quatro maneiras encontradas para a mudança cognitiva, sendo elas: avaliação da autoeficácia; avaliação de desafio e ameaça; reavaliação positiva; e aceitação. A avaliação de autoeficácia refere-se à confiança que uma pessoa possui de que é capaz de lidar com a situação, um exemplo seria uma pessoa que acha que não consegue aprender a tocar violão, mas após algumas aulas bem-sucedidas, começa a acreditar em sua capacidade de melhorar com a prática.

A avaliação de desafio e ameaça trata da avaliação da ameaça que retrata a situação em que um indivíduo julga que seus recursos foram excedidos ou foca em perdas potenciais ou reais; a outra foca na avaliação do desafio, no qual, apesar de as pessoas saberem que há perdas reais ou potenciais, concentram-se nos benefícios característicos da situação (Gross, 1998, 2015). Para melhor compreensão segue um exemplo: uma pessoa vê uma prova difícil como uma oportunidade para provar seu conhecimento (desafio) em vez de algo que pode arruinar sua nota (ameaça).

A reavaliação positiva, conforme definido por James Gross (1998, 2015), refere-se ao processo de reinterpretar uma situação estressante ou negativa de forma a encontrar um significado positivo ou benefícios na experiência. Por exemplo, uma pessoa perde o emprego,

mas decide ver isso como uma chance de buscar uma carreira que realmente ama.

A aceitação diz respeito a aceitar a situação, entendendo que eventos negativos são incontrolláveis e, portanto, impossíveis de se modificar ou reavaliar, um exemplo seria uma pessoa aceitar que o trânsito é ruim e passa a usar esse tempo que está parado para ouvir audiolivros, em vez de ficar irritado (Gross, 1998, 2015).

A modulação da resposta refere-se ao processo que ocorre depois que a emoção gerada já deu uma tendência para a resposta emocional. Há quatro formas de modulação da resposta: compartilhamento de emoções; agressão verbal ou física; uso de substâncias; e supressão expressiva. O compartilhamento de emoções pode ser compreendido como a expressão das emoções com outra pessoa, um exemplo seria uma pessoa procurar um amigo para buscar apoio após um término de relacionamento.

Conforme Gross (1998, 2015) a agressão verbal ou física refere-se à utilização da agressividade com o intuito de descarregar a tensão corporal decorrente das emoções, como exemplo pode-se mencionar um sujeito frustrado, que após um dia difícil, grita com seu colega de trabalho por um erro pequeno. O uso de substâncias trata-se do consumo em excesso de álcool, substâncias ilícitas ou lícitas (chá, relaxantes) a fim de diminuir os pensamentos ou buscar excitação fisiológica por exemplo: tomar um analgésico de venda livre, para aliviar a dor de cabeça, após um dia estressante no trabalho.

A supressão expressiva consiste em suprimir as respostas potenciais em consequência da emoção segundo Gross (2015) e McRae e Gross (2020). Trata-se, portanto, de esconder as emoções, por exemplo: uma pessoa estar em uma reunião de família e um parente faz um comentário ofensivo. Embora se sinta muito magoado e irritado, força um sorriso e não expressa seus verdadeiros sentimentos para evitar um conflito.

A RE tem chamado a atenção de muitos pesquisadores (Gross, 2015; Miguel, Zuanazzi & Amaral, 2017; Lira & Bueno, 2020; McRae & Gross, 2020), devido ao seu papel essencial

na adaptação do indivíduo à sociedade. A capacidade de gerenciamento de emoções está diretamente relacionada a variáveis como saúde mental, qualidade dos relacionamentos interpessoais e desempenho acadêmico ou profissional, personalidade. Estudos indicam que déficits em habilidades de RE podem contribuir para o desenvolvimento de transtornos psicológicos, como ansiedade e depressão, além de deficiências na convivência social e no alcance de objetivos pessoais (Hirschle & Gondim, 2019; Riaz, Abid & Bano, 2021 Mohammadkhani *et al.*, 2016; Harley *et.al*, 2019). Assim, compreender a RE e suas interações com diferentes aspectos da vida torna-se fundamental para promover bem-estar e funcionalidade nos mais diversos contextos.

Na pesquisa desenvolvida por Hirschle e Gondim (2019) por exemplo, foi analisada a relação da Regulação Emocional com o Estresse Percebido e Bem-Estar no contexto do trabalho com uma amostra de 480 sujeitos. O resultado do estudo sugere que o estresse é um preditor negativo de bem-estar, e que a RE é um preditor positivo para o bem-estar. Riaz, Abid e Bano (2021) conduziram uma pesquisa em meio à Pandemia da Covid-19, buscando relações entre Ansiedade, Depressão, Estresse e Regulação Emocional Cognitiva. A amostra foi de 500 participantes, 52% da amostra apresentou algum grau de ansiedade, depressão ou estresse, e a regulação emocional apresentou valores preditivos para problemas psicológicos. O resultado indicou uma variação de 21% nos problemas psicológicos, devido à Regulação Emocional Cognitiva. Marques (2020) em seus estudos buscou relação entre comportamentos criminosos na adolescência e vida adulta, dificuldade de regulação emocional e histórico de vida na infância. A expectativa da autora era que a dificuldade de Regulação Emocional poderia ter relação com histórico de violência na infância. O resultado apresentou correlação entre as variáveis, porém, a dificuldade de regulação emocional não demonstrou relação entre adversidade e crime.

Uma outra pesquisa desenvolvida por Mohammadkhani *et al.* (2016) realizando uma

análise de regressão utilizando o questionário de aceitação e ação-II (evitação experiencial) AAQ-II e a escala do questionário de personalidade de Eysenck EPQ (subescala de neuroticismo) neuroticismo como variáveis independentes e a escala de dificuldades na regulação emocional (regulação emocional) DERS como variável dependente: tanto AAQ-II ($\beta = -0,202$, $t = -4,224$, $P < 0,001$) quanto neuroticismo ($\beta = 0,538$, $t = 11,271$, $P < 0,001$) foram preditores significativos do DERS, $r=0,653$, $F(2, 313) = 116,055$, $P < 0,001$. Outra análise dos autores usando regressão e utilizando: AAQ-II, neuroticismo, DERS e Questionário de preocupação da Penn State (preocupação) PWSQ como variáveis independentes e Questionário de ansiedade de Beck (ansiedade) BAI como variável dependente: todas as variáveis incluindo AAQ-II ($\beta = -0,049$, $t = -0,9$, $P < 0,369$), neuroticismo ($\beta = 0,263$, $t = 4,041$, $P < 0,001$), DERS ($\beta = 0,19$, $t = 2,864$, $P < 0,004$) e PSWQ ($\beta = 0,16$, $t = 2,612$, $P < 0,009$) foram preditores significativos de BAI, $r = 0,549$, $F(4, 311) = 33,576$, $P < 0,001$. Conforme Mohammadkhani *et al.* (2016), os sintomas de ansiedade e depressão estão relacionados com a atenuação do neuroticismo, preocupação e dificuldades de regulação emocional.

Harley *et.al* (2019) destacam que as emoções de realização são cruciais devido ao seu impacto no sucesso e no fracasso em áreas importantes, como o aprendizado e essas emoções podem ser influenciadas e ajustadas por meio da regulação emocional (RE). Segundo os autores as emoções de realização são aquelas que surgem em contextos de desempenho e aprendizado, relacionadas ao progresso, ao sucesso ou ao fracasso em alcançar objetivos. Essas emoções incluem, por exemplo, o orgulho, a alegria e a satisfação, que estão associadas ao sucesso, e emoções como a vergonha, a frustração e a ansiedade, que podem estar relacionadas ao fracasso ou à percepção de dificuldades. Essas emoções desempenham um papel importante em processos como a motivação, o engajamento e o desempenho acadêmico ou profissional, influenciando a maneira como as pessoas enfrentam desafios e lidam com *feedbacks* sobre seu

desempenho.

Uma pesquisa com o objetivo de investigar a relação entre padrões de consumo de álcool, traços de personalidade e dificuldades na regulação emocional foi conduzida por Dias (2016). Os resultados indicaram que indivíduos com consumo de risco apresentaram maior dificuldade em acessar estratégias eficazes de regulação emocional. Essa limitação pode ser um fator de predisposição ao uso do álcool como mecanismo alternativo para lidar com emoções, especialmente na ausência de habilidades adaptativas. Quanto aos traços de personalidade, observou-se que a Conscienciosidade esteve associada a padrões de consumo mais moderados, enquanto a Abertura à Experiência se mostrou mais prevalente em indivíduos com consumo de risco. Além disso, o Neuroticismo demonstrou uma correlação positiva com dificuldades na regulação emocional em todos os grupos, sendo particularmente evidente em indivíduos com consumo de risco ou nocivo. Esses achados sugerem que o álcool pode servir como uma estratégia maladaptativa de enfrentamento para lidar com a instabilidade emocional característica do Neuroticismo.

A Abertura à Experiência também apresentou uma associação significativa com dificuldades no controle de impulsos e acesso limitado a estratégias de regulação emocional específicas, especialmente entre os participantes com consumo de risco. Essa relação, ausente em outros grupos, indica que indivíduos com alta abertura à experiência e dificuldades emocionais podem ser mais propensos a utilizar o álcool como forma de regular suas emoções (Dias, 2016). Esses achados reforçam que a regulação emocional desempenha um papel central no entendimento do comportamento de consumo de álcool, influenciando diretamente como os indivíduos enfrentam desafios emocionais. Além disso, a interação entre os traços de personalidade e as dificuldades de regulação emocional evidenciam a necessidade de abordagens integradas. Assim, intervenções que promovam a aquisição e o uso de estratégias adaptativas podem ser fundamentais para reduzir os impactos negativos associados a essas

dificuldades emocionais e comportamentais.

A regulação emocional, conforme evidenciado por pesquisas anteriores, é um processo complexo e multifacetado, com implicações significativas para o bem-estar psicológico e social. Considerando a relevância desse construto, torna-se essencial contar com instrumentos que capturem adequadamente sua natureza multidimensional. No próximo capítulo, será abordada a diversidade de medidas utilizadas na avaliação da regulação emocional, com o intuito de compreender suas aplicações e contribuições para o campo de estudo.

Medidas de Regulação Emocional

As medidas de RE seguem três categorias para sua mensuração. Wiltenburg e Miguel (2021) descreve-as como: estratégias, conhecimento e consequências. Os instrumentos que utilizam estratégias para avaliar RE exibem situações com várias estratégias de RE, e o respondente analisa o quanto utiliza daquele sistema, indicando a frequência. Já os instrumentos que usam o conhecimento como forma de mensuração avaliam o conhecimento que a pessoa tem sobre a melhor forma de regular a emoção. Sendo assim, são expostas várias situações com personagens passando por diversas experiências, e o respondente deve marcar o quanto acredita que as ações são eficazes para fazer a personagem se sentir melhor. Nas medidas baseadas em consequências, apresentam-se diversos contextos que são consequências de uma RE adaptativa ou não. Como exemplo desse tipo de medida, pode-se citar o Questionário Online de Regulação Emocional, elaborado por Miguel e Wiltenburg (2018).

Com o intuito de explorar e conhecer a realidade das medidas de RE construídas ou adaptadas no Brasil, realizou-se uma pesquisa utilizando a Biblioteca Virtual em Saúde - Psicologia BVS-PSI. Os descritores foram: regulação emocional e "teste", "propriedade psicométrica", "escala", "questionário", "análise fatorial", "medida" e "validade". A busca resultou em um total de 66 artigos. Após a leitura do título e resumo, foram selecionados quatro

artigos. As medidas encontradas foram: Questionário de Regulação Emocional Cognitiva (*Cognitive Emotion Regulation Questionnaire*) CERQ: Avalia nove estratégias cognitivas voltadas para a interpretação de eventos estressantes (Schäfer *et al.*, 2018). Teste de Regulação Emocional (TRE): Baseado na técnica *Stroop* Emocional, mede a interferência emocional em tarefas cognitivas (Lira & Bueno, 2020). Perfil de Regulação Emocional (*Emotion Regulation Profile*) (ERP) e adaptações: Mede a regulação emocional em cenários de eventos prazerosos ou desprazerosos (Nelis *et.al*, 2011).

E o Questionário de Regulação Emocional (*Emotional Regulation Questionnaire*) (ERQ): Baseado no modelo de Gross, avalia duas estratégias: reavaliação cognitiva e supressão emocional (Gouveia *et al.*, 2018). Os pesquisadores, conduziram um estudo de validação do ERQ no Brasil, foi analisada a estrutura interna do ERQ, com base no instrumento criado por Gross e John (2003) e validado por Batistoni *et al.* (2013), e os resultados da análise fatorial confirmatória indicaram uma estrutura trifatorial sendo elas: Reavaliação Cognitiva, Redirecionamento do foco de atenção e Supressão Emocional, O modelo trifatorial apresentou um ajuste razoável aos dados, com um RMSEA de 0,08 (IC90% = 0,064 - 0,014), indicando que o modelo é consistente com a estrutura proposta.

Embora relevantes, esses instrumentos não contemplam diretamente o modelo de Gross em sua totalidade, nem abordam as cinco estratégias fundamentais de regulação emocional (seleção da situação, modificação da situação, mudança cognitiva, implantação atenciosa e modulação da resposta) de forma integrada. Diferentemente desses testes, a medida desenvolvida neste trabalho busca preencher essa lacuna ao avaliar as cinco estratégias propostas por Gross em um formato inovador. O modelo de Gross se destaca ainda por sua abordagem processual da regulação emocional, que permite a análise de estratégias em diferentes fases do processo regulatório. O instrumento desenvolvido utiliza cenários do cotidiano, em que o respondente pontua, de 1 a 5, o quanto utilizaria cada estratégia

apresentada para lidar com a situação descrita. Essa abordagem possibilita uma avaliação mais detalhada e dinâmica das estratégias de regulação emocional em diferentes contextos, alinhada ao modelo teórico subjacente.

A pesquisa realizada para compreender a realidade brasileira dos testes de regulação emocional não só permitiu identificar instrumentos preexistentes, mas também evidenciou a necessidade de uma medida que avaliasse as cinco estratégias de Gross de maneira integrada e aplicável ao contexto brasileiro. Assim, a construção da nova medida proposta contribui para suprir essa lacuna, oferecendo uma ferramenta abrangente e fundamentada teoricamente.

Objetivos

Objetivo Geral

Construção e verificação de propriedades psicométricas de uma medida de RE.

Objetivos Específicos

- a) Elaborar um instrumento de medida de regulação emocional;
- b) Investigar evidências de validade de conteúdo;
- c) Examinar as propriedades psicométricas preliminares de validade da estrutura interna e precisão de um instrumento de medida da regulação emocional.
- d) Obter evidências de validade por meio do construto relacionado da medida de regulação emocional.

Método

A regulação emocional desempenha um papel central no bem-estar psicológico e na adaptação a diferentes contextos da vida cotidiana, sendo um construto amplamente investigado em função de sua relevância para a saúde mental e o desempenho em diversas esferas pessoais e sociais (Gross, 2015; Miguel, Zuanazzi & Amaral, 2017; Lira & Bueno, 2020; McRae & Gross, 2020). Considerando a importância de dispor de instrumentos psicologicamente válidos e confiáveis para avaliar estratégias de regulação emocional, esta pesquisa teve como objetivo principal a construção e busca de evidências preliminares uma medida específica para esse fim. O estudo caracteriza-se como um estudo de campo de natureza descritivo-explicativa, com abordagem mista, integrando métodos qualitativos e quantitativos para uma análise abrangente do fenômeno investigado. O delineamento metodológico foi estruturado em distintas etapas, contemplando desde a revisão da literatura e a avaliação por especialistas até análises semânticas e psicométricas, com a participação de diferentes amostras.

Sendo assim, na primeira etapa do estudo, foi realizada uma revisão de literatura para embasar a construção dos itens da medida de Regulação Emocional, com o objetivo de avaliar a adequação e a representatividade dos itens em questão. Em seguida, os itens foram avaliados por pares de juízes especializados, com o intuito de validar a adequação e relevância dos itens para o conceito de Regulação Emocional. A análise semântica foi conduzida para verificar a clareza e compreensão dos itens. Os dados coletados dessa análise foram tratados de forma qualitativa e quantitativa, avaliando, por exemplo, índices de concordância entre os juízes e a adequação dos itens, com vistas a verificar a validade de conteúdo do instrumento desenvolvido, conforme recomendação de Pasquali (2010).

Além disso, este projeto de pesquisa foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos (CEPSH) da Universidade Federal de Santa Catarina, em estrita

conformidade com as diretrizes condicionais do Conselho Nacional de Saúde, conforme disposto na Resolução 466/12. A aprovação do projeto foi formalizada através do Certificado de Apresentação para Apreciação Ética (CAAE) 80953224.1.0000.0121.

A pesquisa está alinhada às Diretrizes e Normas Regulamentadoras de Pesquisas Envolvendo Seres Humanos, conforme especificado na Resolução 466/12. Todos os participantes que aceitaram participar foram devidamente informados sobre seus direitos por meio do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, que foi acordado por cada um deles. Ao longo do desenvolvimento da pesquisa, os participantes não enfrentaram prejuízos ou danos, e foram assegurados o respeito ao seu bem-estar e dignidade. Além disso, foram garantidos o sigilo e a proteção dos direitos individuais dos participantes. A pesquisadora também disponibilizou seu contato, e aos participantes que informaram seu *e-mail* receberão ao término do projeto uma devolutiva sobre os resultados da pesquisa realizada. Assim, busca-se uma experiência ética e transparente para todos os envolvidos, reafirmando o compromisso com a integridade e a responsabilidade na condução da pesquisa.

A aprovação ética de projetos de pesquisa é fundamental para garantir a proteção dos direitos e o bem-estar dos participantes, especialmente em estudos que envolvem seres humanos. Conforme salientado por Resnik (2018), o cumprimento das normas éticas, como a Resolução 466/12, é crucial que os participantes sejam tratados com dignidade e respeito, e que os seus dados sejam utilizados de forma responsável. Além disso, a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) garante que os participantes estejam cientes de todos os aspectos do estudo, incluindo riscos e benefícios potenciais, que destaca a importância da transparência no processo de consentimento. Ao seguir essas diretrizes, este projeto reafirma seu compromisso com a integridade ética, protegendo não apenas os direitos dos participantes, mas também promovendo a confiança na pesquisa científica em sua totalidade. A devolutiva ao final do estudo, conforme o previsto, também contribui para uma maior

transparência e valorização da participação, promovendo o engajamento dos indivíduos no processo.

Sendo assim, a análise semântica foi conduzida com um grupo de nove adultos, todos alfabetizados, e com diferentes níveis de escolaridade: dois com ensino fundamental incompleto, um com ensino médio incompleto, quatro com ensino médio completo, um com ensino superior incompleto e um com ensino superior completo. A idade mínima foi de 18 anos, sendo a idade mínima participante de 24 anos e a máxima 68 anos. Entre os participantes, cinco eram mulheres e quatro homens. Os participantes foram divididos em dois grupos, com as sessões realizadas em dias, locais e datas diferentes. Um dos locais foi uma sala cedida na empresa de um dos participantes, onde a coleta de dados ocorreu após o expediente. O outro local utilizado foi uma residência obtida por meio de contato com um participante. Ambas coletas foram no município de Camboriú-SC. O procedimento ocorreu em ambientes silenciosos, com a pesquisadora acompanhando exclusivamente os grupos de participantes. A aplicação foi feita de forma coletiva, utilizando o método tradicional com lápis e papel.

A primeira etapa do procedimento consistiu na apresentação detalhada da pesquisa e na explicação do processo de resposta ao instrumento, com as instruções necessárias para orientar os participantes. Eles foram solicitados a avaliar o instrumento, respondendo às questões e analisando a clareza e a redação de cada item. Também foram encorajados a fazer sugestões de melhoria e anotar quaisquer dúvidas ou dificuldades que encontrarão ao longo da aplicação.

Já para a investigação de propriedades psicométricas preliminares da medida e evidências de validade por construto relacionado, foi realizada a verificação das propriedades psicométricas dos itens desenvolvidos, incluindo indicadores de correlação item-resto, o Alfa de Cronbach caso cada item fosse retirado e as estatísticas descritivas de média e desvio-padrão, bem como a precisão das dimensões da medida de Regulação Emocional. Também

foram examinadas, as correlações entre as dimensões da medida de Regulação Emocional com uma medida para avaliar personalidade no modelo dos Cinco Grandes Fatores, utilizando a correlação de Pearson.

As estratégias para obter evidências de validade de medidas ganharam grande destaque na avaliação psicológica a partir da década de 1970, principalmente após a publicação dos estudos de Cronbach e Meehl (1955) conforme indica Teixeira (2016). Além disso, o desenvolvimento de teorias psicológicas fundamentadas em dados empíricos e o avanço de métodos como a análise fatorial e a Teoria de Resposta ao Item (TRI) também foram fatores decisivos nesse processo (Pasquali, 2010).

As evidências de validade baseadas na estrutura interna focam na análise detalhada dos itens de um instrumento. Pasquali (2010) destaca que através da avaliação dos padrões de covariância entre os itens, busca-se compreender como esses itens se relacionam entre si e com as possíveis subescalas. Itens que analisam informações tendem a apresentar covariação, formando grupos de significados semelhantes. Esse processo permite verificar se a estrutura teórica dimensional proposta inicialmente é corroborada pela análise empírica das covariâncias entre os itens.

No entanto, em alguns contextos, os agrupamentos de fatores não são definidos por métodos estatísticos, mas sim pelo autor, com base em critérios teóricos e conceituais. Essa abordagem qualitativa, comum em estudos exploratórios ou em situações com limitações amostrais, utiliza o julgamento do pesquisador para organizar os itens de acordo com hipóteses teóricas ou características aparentes (Pasquali, 2010). Essa prática pode ser útil quando a aplicação de métodos quantitativos mais rigorosos, como uma análise fatorial, não é viável.

Assim, autores como Pasquali (2010), concordam que a definição inicial de agrupamentos baseada no julgamento do autor pode ser uma etapa importante no desenvolvimento exploratório de instrumentos. No entanto, é essencial que essa abordagem

seja seguida de validação quantitativa para que os agrupamentos teóricos reflitam de fato as estruturas latentes. Dessa forma, o presente estudo segue essa abordagem, iniciando com uma organização teórica sólida dos itens, fundamentada na literatura e hipóteses previamente condicionais, mas com o compromisso de aplicar métodos estatísticos nas etapas subsequentes para validar os agrupamentos sugeridos. A combinação de evidências teóricas e empíricas é fundamental para a confiabilidade e a validade do instrumento, oferecendo uma base científica robusta para sua aplicação em contextos práticos. Em síntese, a descrição de abordagens qualitativas e quantitativas na construção e validação de instrumentos psicológicos garante que tanto o conhecimento prévio quanto os dados empíricos contribuam para a criação de medidas psicologicamente precisas e científicas.

Já a busca por evidências de validade por construto relacionado, envolve investigar como os escores obtidos em um instrumento se relacionam com outras que, embora não façam parte do teste, são teoricamente relevantes para o construto avaliado. Esse processo inclui a análise de validade convergente e divergente. A validade convergente é evidenciada quando o teste apresenta altas correlações com outros instrumentos que medem o mesmo construto, confirmando a consistência teórica entre as medidas. Já a validade divergente é demonstrada por meio de baixas correlações com instrumentos que avaliam construtos diferentes, reforçando a especificidade do teste (Primi, Muniz & Nunes, 2009).

Assim, ela é indicada quando o instrumento apresenta correlações fracas ou nulas com instrumentos que medem construções que, embora semelhantes, não devem ser confundidas com a construção em questão. Dessa forma, permite verificar se o instrumento está medindo o que se propõe a medir, sem se confundir com outros construtos (Primi, Muniz & Nunes, 2009). Sendo assim, é possível utilizar testes psicológicos que medem os mesmos construtos, construtos diferentes ou relacionados. Quando se realizam essas correlações, espera-se que haja correlações fracas com testes que avaliam construções diferentes, moderadas com testes

que abordam construtos relacionados e fortes com testes que medem o mesmo construto (Pasquali, 2007).

Pacico e Hutz (2015) enfatizam que a análise da associação entre as variáveis e o construto medido pelo teste em validação fornece evidências robustas de validade. Essa associação demonstra não apenas a precisão do instrumento em capturar o construto teórico, mas também sua utilidade prática. Ao investigar a relação entre as pontuações do teste e variáveis não psicológicas, como critérios externos e características sociodemográficas, é possível identificar padrões de associação que contribuem para a compreensão mais profunda do construto e direcionam a aplicação do instrumento em contextos específicos. Essa abordagem permite a construção de modelos preditivos e a personalização de intervenções em psicologia aplicada.

Com relação à variável estudada neste estudo, a Regulação Emocional, vários estudos apontam que ela está relacionada com diversas variáveis como: saúde mental, bem-estar, ansiedade, depressão, estresse e personalidade conforme estudos conduzidos por Hirschle e Gondim (2019); Riaz, Abid e Bano (2021); Mohammadkhani *et al.* (2016); entre outros. No escopo deste projeto, será verificada a relação entre a medida desenvolvida e escores de uma medida de personalidade no modelo dos Cinco Grandes Fatores (BAP), buscando relações com variáveis relacionadas. A seguir são descritas as características dos participantes que compuseram a amostra para as duas etapas, bem como os procedimentos para a coleta de dados e os instrumentos.

No estudo referente a verificação de propriedades psicométricas preliminares da medida e evidências de validade por construto relacionado, a amostra foi composta por 80 sujeitos. Os critérios de inclusão para os participantes foram: ter 18 anos ou mais, ser alfabetizado e ter respondido a pelo menos 30 itens do instrumento de Regulação Emocional. Este último foi aplicado para buscar a compreensão adequada do instrumento como um todo.

A idade média da amostra, após a aplicação dos critérios de inclusão, foi de 35,44 anos (DP=13,03). A maioria da amostra indicou ser do gênero feminino (67,50%), e residirem no estado de Santa Catarina (92,50%). A coleta de dados ocorreu 100% no formato *online* e a proposta era englobar pessoas da comunidade em geral. Os convites foram lançados com o *link* da pesquisa e *QR Code* através das redes sociais como: *whatsapp*, *telegram*, *instagram*, *e-mail*. O Instituto Federal Catarinense IFC colaborou enviando e-mails a todos os alunos e servidores com 18 anos ou mais com o convite e *link* da pesquisa.

Para a realização da pesquisa foi utilizado um questionário sociodemográfico, o instrumento para avaliação de estratégias de regulação emocional construídos no primeiro estudo e a Bateria Adaptativa de Personalidade (BAP). O questionário sociodemográfico foi elaborado pela autora (Apêndice B) com o objetivo de caracterizar o perfil dos participantes em relação ao gênero, sexo, idade, cor/raça, região, dados profissionais, escolaridade, renda, informações sobre diagnóstico de doença mental e uso de psicofármacos, prática de atividade física.

O desenvolvimento da medida de Regulação Emocional teve como base teórica o modelo de Regulação Emocional proposto por Gross (1998, 2015). Para a compreensão das emoções, foi utilizada a teoria Psicoevolutiva das emoções de Plutchik (2001). A RE é entendida, neste estudo, como um fator da Inteligência Emocional, conforme a proposta de Mayer e Salovey (1997) e Mayer, Caruso e Salovey (2002, 2016). A avaliação foi realizada por meio de estratégias de RE, utilizando o julgamento situacional. Treze vinhetas foram apresentadas contemplando as emoções básicas de Plutchik (2001), sendo elas: alegria, medo, tristeza, aceitação, raiva, surpresa, nojo e ansiedade. Para cada vinheta um conjunto de cinco estratégias de RE foram apresentadas, sendo cada uma das diferentes estratégias de RE (seleção da situação, modificação da situação, implantação atenciosa, mudança cognitiva e modulação da resposta), totalizando 65 itens para representar a amostra, segue um exemplo:

Vinheta: *Imagine que você marcou de ir comer uma pizza com um(a) amigo(a) e ele(a) esqueceu. Você fica triste pela situação: a) entra em contato com o amigo, expressando seus sentimentos de decepção e tristeza pelo esquecimento e busca entender o que aconteceu (Seleção da situação - confronto). b) saio para uma caminhada para tentar esquecer (implantação atenciosa - distração) c) pensa que seu amigo(a) pode ter tido um imprevisto ou simplesmente esqueceu, sem querer, e que isso não diminui o valor da amizade de vocês (mudança cognitiva - reavaliação positiva), d) vou sozinho (modificação da situação), e) você recorre ao uso de bebidas para lidar com o sentimento de rejeição (modulação da resposta - uso de substâncias)*

Em seguida, os participantes tiveram que avaliar o quanto provavelmente usariam cada estratégia para regular suas emoções com base nas opções apresentadas, pontuando em uma escala tipo *Likert* de 5 pontos, atribuindo 1 para as estratégias que julgavam que muito improvavelmente usariam e 5 para as que muito provavelmente usariam. As alternativas 2, 3 e 4 foram os níveis intermediários.

A BAP é um instrumento para avaliação de personalidade baseado no modelo dos Cinco Grandes Fatores de Personalidade (Nunes *et.al*, 2015). A partir da avaliação dos cinco fatores amplos – Abertura, Extroversão, Neuroticismo, Realização e Socialização, à suas derivações mais específicas, ou seja, suas facetas. O número de itens respondidos pelos participantes varia, dependendo dos seus padrões de respostas e de quantas rodadas o sistema adaptativo precisa para alcançar níveis elevados de precisão em suas medidas, no entanto, tipicamente fica próximo de 50 itens.

A BAP, na sua versão atual, conta com um banco de itens composto por 483 itens calibrados. O sistema de aplicação do teste apresenta, inicialmente, um conjunto de itens associados a diferentes níveis dos traços avaliados e, a partir da estimativa inicial do resultado do testando, são escolhidos os itens mais apropriados ao participante. A aplicação é, desta

forma, interativa e é encerrada quando são atingidos critérios definidos, usualmente relacionados ao erro de medida alcançado, ao número de itens, à ausência de outros itens que acarretem aumento nas curvas de informação do teste (Embretson & Reise, 2000; Pasquali, 2007; Scalise & Allen, 2015). Em 2020, com o apoio da equipe da Superintendência de Governança Eletrônica e Tecnologia da Informação e Comunicação SETIC da Universidade Federal de Santa Catarina UFSC, a BAP passou a ser disponibilizada a partir de um servidor do ambiente Concerto instalado na infraestrutura da informática da UFSC (<https://concerto.sites.ufsc.br/test/bap>).

O teste adota um sistema com aplicação *online* na qual são apresentadas instruções para a realização do teste, itens exemplos e, então, os itens para a realização da medida dos cinco fatores. A BAP adota uma escala tipo *Likert* de cinco pontos, que varia de "Descreve-me muito mal" a "Descreve-me muito bem".

Dessa forma, o presente estudo adotou uma abordagem metodológica combinando procedimentos qualitativos e quantitativos na construção e na avaliação da medida de regulação emocional. As etapas delineadas, desde a revisão da literatura, passando pela avaliação de juízes e pela análise semântica, até a investigação das propriedades psicométricas foram fundamentais para o desenvolvimento de um instrumento com evidências preliminares de validade e precisão. A articulação entre fundamentos teóricos sólidos e análises empíricas contribui para a credibilidade dos resultados, permitindo avanços na compreensão das estratégias de regulação emocional em diferentes contextos. Além disso, o cuidado ético em todas as fases do estudo reafirma o compromisso com a integridade da pesquisa e o respeito aos participantes, fortalecendo a base para futuras investigações e aplicações práticas no campo da psicologia.

Análise e discussão dos resultados

O conjunto de artigos foi elaborado com o objetivo de apresentar, de forma integrada, as evidências de validade e as propriedades psicométricas de um instrumento destinado à avaliação de estratégias de regulação emocional. A estrutura dos artigos reflete uma lógica sequencial que visa atender aos objetivos principais e específicos, permitindo a compreensão do processo de construção, análise e validação preliminar do instrumento. O primeiro artigo foca na validade de conteúdo, discutindo a construção, clareza, relevância e consistência dos itens a partir de análises qualitativas e quantitativas. Além disso, foram realizadas análise com juízes especializados e análise semântica. Essa etapa inicial foi fundamental para a definição das dimensões do instrumento e para o aprimoramento dos itens, garantindo uma base sólida para as etapas subsequentes. A forte concordância entre os juízes, evidenciada pelo coeficiente *Kappa*, reflete a consistência das definições operacionais e a adequação dos itens às diretrizes teóricas da regulação emocional.

O segundo artigo apresenta as propriedades psicométricas preliminares do instrumento, e estudos de validade por construto relacionado. Na análise da consistência interna foram investigadas possíveis melhorias no instrumento, em consonância com as diretrizes da Resolução CFP nº 31/2022 e literatura especializada (CFP, 2022; Pasquali, 2010). Nesta etapa, foram realizados ajustes baseados em critérios estatísticos e teóricos, incluindo a exclusão de itens problemáticos e a reavaliação da estrutura interna do instrumento. A análise das correlações entre as estratégias de regulação emocional permitiu identificar padrões de inter-relação que reforçam a robustez do modelo teórico subjacente.

Já a validade por construto relacionado, foi analisado por meio da investigação das associações entre as estratégias de regulação emocional e traços de personalidade. Este enfoque contribui para uma compreensão mais ampla do instrumento, ao verificar sua capacidade de se relacionar com variáveis teórica e empiricamente relevantes (Zanon *et al.*, 2013; Webb *et al.*, 2017; Purnamaningsih, 2017).

Assim, ao longo deste estudo, foi possível construir e buscar evidências de validade preliminares de uma medida de regulação emocional, com respaldo teórico e psicométrico. O conjunto de artigos apresentados reflete um esforço contínuo para a qualidade do instrumento, por meio de análises que contemplam a validade de conteúdo, evidências preliminares de consistência interna e de validade por construto relacionado. Com isso, espera-se que o instrumento desenvolvido possa contribuir para o avanço da pesquisa em regulação emocional, e no futuro com práticas profissionais que demandam avaliações psicológicas e estratégias de intervenções seja clínica, organizacional, educacional, entre outros.

Estudo 1: Construção e Busca de Evidências de Validade Baseadas no Conteúdo

Resumo: Este estudo teve como objetivo construir um instrumento para avaliar estratégias de regulação emocional (RE), fundamentado no modelo processual de Gross e na Inteligência Emocional (IE). A metodologia envolve uma revisão de literatura sobre RE, modelos teóricos e instrumentos psicométricos existentes. Foram elaborados 80 itens que são apresentados após vinhetas que descrevem situações cotidianas, abrangendo cinco estratégias de RE: seleção da situação, modificação da situação, implantação atenciosa, mudança cognitiva e modulação da resposta. Para a busca de evidências de validade de conteúdo do instrumento, foi realizada uma análise de juízes com a participação de quatro especialistas em psicometria, sendo dois deles especialistas também na área de Inteligência Emocional/ Regulação emocional, nesta etapa os especialistas avaliaram a clareza, pertinência e alinhamento dos itens com as dimensões teóricas do construto. Após revisão qualitativa e quantitativa, 15 itens foram excluídos, resultando em uma versão revisada com 65 itens. O coeficiente Kappa indicou forte concordância geral ($\kappa=0,83$; $p<0,001$), com maior convergência no subfator modulação da resposta ($\kappa=0,88$) e menor no subfator modificação da situação ($\kappa=0,73$). Uma análise semântica com nove adultos de diferentes níveis de escolaridade também foi realizada para verificar a clareza e a validade dos itens com público-alvo. O *feedback* dos participantes indicou alguns itens ambíguos ou inconsistentes, levando a ajustes, aprimorando-os de forma cuidadosa buscando manter a neutralidade e a validade teórica do instrumento.

Palavras-chaves: análise dos juízes, análise semântica, validade de conteúdo

Abstract: This study aimed to construct an instrument to assess emotional regulation (ER) strategies, based on Gross's process model and Emotional Intelligence (EI). The methodology involved a review of the literature on ER, theoretical models, and existing psychometric instruments. Eighty items were developed and presented after vignettes describing everyday situations, covering five ER strategies: situation selection, situation modification, attention deployment, cognitive change, and response modulation. To seek evidence of the instrument's content validity, a judge analysis was conducted with the participation of four psychometrics experts, two of whom were also specialists in the area of Emotional Intelligence/Emotional regulation. In this stage, the experts evaluated the clarity, relevance, and alignment of the items with the theoretical dimensions of the construct. After qualitative and quantitative review, 15 items were excluded, resulting in a revised version with 65 items. The Kappa coefficient indicated strong overall agreement ($\kappa=0.83$; $p<0.001$), with greater convergence in the response modulation subfactor ($\kappa=0.88$) and lower in the situation modification subfactor ($\kappa=0.73$). A semantic analysis with nine adults of different educational levels was also conducted to verify the clarity and validity of the items with the target audience. The participants' feedback indicated some ambiguous or inconsistent items, leading to adjustments, carefully improving them while maintaining the neutrality and theoretical validity of the instrument.

Keywords: judge analysis, semantic analysis, content validity

1.1 Introdução

A construção de um instrumento de avaliação psicológica é um processo complexo que envolve várias etapas, a fim de buscar a validade, confiabilidade e precisão do mesmo

(Pasquali, 2010). Segundo o autor, a construção de testes psicológicos pode ser dividida em três fases principais: a teórica, a empírica e a analítica. Essas fases visam assegurar que o instrumento esteja alinhado à construção que se pretende medir, além de assegurar sua adequação psicométrica. Na fase teórica, define-se o construto que será medido e as suas dimensões. Sendo assim, a conceitualização é fundamental, utilizando-se um referencial teórico claro para orientar a elaboração dos itens do teste. Na fase empírica ocorre a elaboração dos itens do teste, aplicação do teste a uma amostra piloto e a coleta de dados e na fase de análise várias análises estatísticas são realizadas para verificar a qualidade dos itens e a estrutura geral do instrumento. Neste tópico serão apresentadas bases teóricas, procedimento para construção dos itens, análise de juízes e semântica, bem como seus resultados e discussão.

Neste contexto, a Regulação Emocional (RE) é um construto que aborda a capacidade de gerenciar e modificar as emoções de forma adaptativa, visando atender às demandas do ambiente e aos objetivos individuais (Gross, 2015; Mayer, Salovey & Caruso, 2016). Embora o foco central deste estudo seja essa competência, ela é um dos fatores da Inteligência Emocional (IE), e é definida como um conjunto de habilidades relacionadas ao reconhecimento, compreensão e manejo das próprias emoções e das emoções dos outros (Mayer, Caruso & Salovey, 2016).

Para os fins deste estudo, a regulação emocional é compreendida como um fator da inteligência emocional conforme o modelo atualizado de Mayer, Caruso e Salovey (2016) que compreendem os processos mentais envolvidos na inteligência emocional em quatro fatores sendo eles: a) percepção e expressão da emoção; b) utilização das emoções para orientar o pensamento; c) compreensão e raciocínio emocional; d) regulação emocional própria e nos outros. Sendo assim, apenas um fator será contemplado neste estudo: a regulação emocional.

A estrutura teórica que fundamenta este trabalho baseia-se na evolução dos estudos sobre inteligência, que começaram com estudos de Galton (1880) e Binet (1900) que

desenvolveram testes mentais para investigar as diferenças cognitivas entre os indivíduos, com contribuições posteriores de Cattell (1890) e Spearman (1904). Este último, com sua teoria dos dois fatores, distinguiu o fator geral de inteligência (g) e fatores específicos (Schneider & McGrew, 2012). Segundo os autores, Thurstone (1938) avançou ao propor a teoria das aptidões primárias, enfatizando múltiplas habilidades cognitivas independentes, enquanto Cattell (1940) expandiu o conceito de g ao introduzir as inteligências fluidas (Gf) e cristalizadas (Gc), modelo que foi posteriormente aprimorado por Horn. Na década de 1990, Carroll integrou essas perspectivas com o modelo dos três estratos, hierarquizando as habilidades cognitivas (Schneider & McGrew, 2012).

O conceito de IE emergiu a partir da inteligência social, proposta por Thorndike (1930), sendo formalizado por Salovey e Mayer (1990), que a definiram como um conjunto de habilidades para perceber, compreender e regular emoções. Estudos posteriores, como o de McCann *et al.* (2014), demonstraram que a IE, no modelo de Mayer, Caruso e Salovey (2002), é compatível com o modelo Cattell-Horn-Carroll (CHC), confirmando-a como um tipo de inteligência cognitiva.

O conceito de Regulação Emocional (RE) ocupa posição central em investigações conduzidas por autores como Miguel, Zuanazzi e Amaral (2017), Lira e Bueno (2020), McRae e Gross (2020), Hirschle e Gondim (2019), Riaz, Abid e Bano (2021) e Dias (2016). Entre os pesquisadores que se dedicaram à compreensão da RE, destaca-se James Gross, autor de uma das teorias mais influentes sobre o tema. Gross categoriza as estratégias de RE em cinco grupos: seleção da situação, modificação da situação, implantação atenciosa, mudança cognitiva e modulação da resposta. Essas categorias abrangem diferentes formas de lidar com as emoções, abrangendo tanto a prevenção quanto a gestão ativa das reações emocionais (Gross, 2015).

A Regulação Emocional é vista como um processo dinâmico que envolve uma escolha, modificação ou controle de respostas emocionais em situações específicas. O modelo de Gross, que foi atualizado em 2015, oferece uma perspectiva sobre como as emoções são reguladas, sendo que seu foco vai além das estratégias, considerando o próprio processo de regulação em diferentes contextos. A ideia é que as emoções podem ser direcionadas ou moldadas, dependendo das situações e das estratégias utilizadas, o que implica uma habilidade adaptativa para lidar com os desafios emocionais (Gross, 2015).

Os estudos de Mayer e Salovey (1990, 1997); Mayer, Salovey e Caruso (2016) também desempenharam um papel significativo nesse desenvolvimento. Eles foram pioneiros ao tentar integrar a RE à Inteligência Emocional, definindo a IE como a capacidade de perceber, compreender e utilizar as emoções para comportamentos, pensamentos e interações sociais regulares. Essa concepção fez com que os pesquisadores no campo começassem a ver a RE não apenas como uma habilidade isolada, mas como um processo que pode ser aprimorado ao longo do tempo, contribuindo para um melhor ajuste emocional e psicológico. O reconhecimento de que a RE pode ser desenvolvido e moldado ao longo da vida, por meio de práticas de autorregulação e da integração com a Inteligência Emocional, trouxe uma perspectiva mais dinâmica e interativa para a regulação das emoções, sendo fundamental para a construção de ferramentas de avaliação psicológica.

Esses estudos, em conjunto com os modelos de Gross (1998, 2015), reforçam a ideia de que a regulação emocional não é uma característica fixa, mas uma habilidade que pode ser aprimorada ao longo do tempo. A interação entre a RE e a IE fornece um quadro mais amplo para compreender como as emoções são reguladas, não apenas como uma resposta aos estímulos, mas também como um processo que envolve múltiplas dimensões cognitivas e emocionais. Portanto, a integração desses conceitos na construção de instrumentos de

avaliação ajuda a capturar a complexidade da regulação emocional e suas influências no bem-estar psicológico e emocional.

Além disso, déficits em habilidades de RE estão frequentemente ligados ao desenvolvimento de transtornos psicológicos, como ansiedade e depressão, e ao impacto negativo nas relações sociais e no alcance de objetivos pessoais (Hirschle & Gondim, 2019; Riaz, Abid & Bano, 2021; Mohammadkhani *et al.*, 2016; Harley *et al.*, 2019).

Pesquisas, como a de Mohammadkhani *et al.* (2016), destacam a relação entre a RE e variáveis psicológicas, como o neuroticismo, preocupação e dificuldades na regulação emocional, apontando que essas variáveis são preditores significativos de dificuldades emocionais e sintomas de ansiedade e depressão, os pesquisadores investigaram a relação entre variáveis psicológicas, utilizando o Questionário de Aceitação e Ação-II (AAQ-II), o Questionário de Personalidade de Eysenck (EPQ) – subescala de neuroticismo – e a Escala de Dificuldades na Regulação Emocional (DERS). Os resultados mostraram que tanto o AAQ-II ($\beta = -0,202$, $p < 0,001$) quanto o neuroticismo ($\beta = 0,538$, $p < 0,001$) foram preditores significativos das dificuldades na regulação emocional ($r = 0,653$, $p < 0,001$). Os mesmos autores em outra análise, apresentaram o resultado: AAQ-II, o neuroticismo, o DERS e o Questionário de Preocupação da Penn State (PSWQ) foram preditores significativos da ansiedade medida pelo *Beck Anxiety Inventory* (BAI), destacando o impacto dessas variáveis nos sintomas ansiosos ($p < 0,001$). Sendo assim, o estudo evidenciou que sintomas de ansiedade e depressão estão associados a altos níveis de neuroticismo, preocupação e dificuldades na regulação emocional, sugerindo uma relação entre esses fatores e o agravamento do sofrimento psicológico.

Outra pesquisa relevante foi conduzida por Dias (2016), que investigou a relação entre padrões de consumo de álcool, traços de personalidade e dificuldades na regulação emocional indicando que indivíduos com consumo de risco apresentaram maior dificuldade em acessar

estratégias de regulação emocional. Diante dos estudos apresentados, é possível observar a relação entre aspectos emocionais, comportamentais e de personalidade e como eles desempenham um papel fundamental na compreensão da regulação emocional.

Já em relação às medidas de RE, elas podem ser categorizadas em estratégias, conhecimento e consequências (Wiltenburg & Miguel, 2021). Instrumentos baseados em estratégias avaliam a frequência de uso de diferentes técnicas de RE, enquanto os focados em conhecimento analisam a percepção da eficácia dessas estratégias em situações específicas. Com o objetivo de explorar medidas de regulação emocional (RE) construídas ou adaptadas no Brasil, foi realizada uma pesquisa na BVS-PSI, utilizando descritores relacionados à RE e propriedades psicométricas. Dos 66 artigos encontrados, quatro foram selecionados.

Outro ponto relevante é a revisão de medidas já existentes para avaliar a RE, como o CERQ, (Schäfer *et al.*, 2018), TRE (Lira & Bueno, 2020), ERP (Nelis *et. al.*, 2011) e o ERQ (Gouveia *et al.*, 2018). Embora esses instrumentos ofereçam contribuições valiosas, os estudos demonstraram que eles não cobrem de maneira completa as cinco estratégias de regulação emocional propostas por Gross. Isso foi motivo para a criação de um novo instrumento de avaliação, mais alinhado com as estratégias de RE e com o modelo de Gross, refletindo de maneira mais ampla o modelo processual de Gross, ao capturar as diferentes etapas e estratégias envolvidas na regulação emocional em diferentes cenários.

O novo instrumento se diferencia por ser mais abrangente, pois ao invés de se basear exclusivamente em autorrelatos, propõe avaliar a regulação emocional (RE) por meio de cenários cotidianos. Nesse formato inovador, os participantes são apresentados a diferentes situações e devem responder com base em como utilizar as diversas estratégias de RE em cada contexto específico. Esse método oferece uma visão de como as pessoas lidam com suas emoções em diferentes situações, e quais estratégias escolhem utilizar nos diferentes contextos.

Além disso, a pesquisa como a de Dias (2016) sobre consumo de álcool e dificuldades na regulação emocional trouxe uma visão importante sobre como os traços de personalidade, como o neuroticismo, afetam a capacidade de regular as emoções. Isso implica que o modelo de Gross, além de ser útil para analisar as estratégias de ER, também pode ser enriquecido por outras variáveis, como as características pessoais, que influenciam a eficácia das estratégias de regulação.

As teorias de Inteligência Emocional (Mayer & Salovey, 1990, 1997; Mayer *et.al*, 2011; Mayer, Salovey & Caruso, 2016; Matthews, Zeidner & Roberts, 2020) e sobre emoções (Plutchik, 2001; Smith & Lazarus, 1990; Gross, 1998, 2015; Miguel, 2015; Damásio, 2000) foram determinantes para o desenvolvimento deste estudo. Da mesma forma, os avanços na compreensão da Regulação Emocional (Gross, 1998, 2015; McRae & Gross, 2020; Rodrigues & Gondim, 2014; Mayer, Salovey & Caruso, 2016) e os resultados de pesquisas recentes de pesquisadores como Lira e Bueno (2020) Gouveia *et al.* (2018), entre outros, desempenharam um papel central no embasamento teórico, sendo fundamental. Eles forneceram uma base para o desenvolvimento de uma medida que avalia as estratégias de RE em situações cotidianas, oferecendo uma ferramenta mais integrada e robusta, capaz de capturar as nuances da regulação emocional em diferentes contextos. Com isso, a pesquisa busca responder à necessidade de uma avaliação mais ampla e específica da regulação emocional, considerando todas as estratégias que influenciam o processo.

Este projeto visou o desenvolvimento de um instrumento de avaliação das estratégias de Regulação Emocional e a busca de evidências preliminares de validade de conteúdo. Para que esse instrumento seja eficaz, é essencial que ele consiga medir a manifestação do comportamento relacionado a um traço latente, considerando que esse comportamento varia entre os indivíduos. Assim, o instrumento psicológico deve ser capaz de captar essas variações sutis de maneira eficaz, eficiente e reproduzível, conforme proposto por Pasquali (2010) e Joly

et.al., (2010), garantindo que as diferenças individuais sejam adequadamente refletidas nas pontuações obtidas.

A relevância de desenvolver um instrumento de avaliação preciso e confiável para a regulação emocional vai além do contexto acadêmico. Mesmo sendo um estudo inicial, a capacidade de identificar e mensurar estratégias de regulação emocional de maneira adequada pode trazer implicações significativas em áreas como psicologia clínica, educação e ambientes de trabalho, nas quais a medida proposta pode ser utilizada como uma fonte auxiliar de informações. Ao oferecer um instrumento em fase preliminar de validação, esta pesquisa busca contribuir para a compreensão dos mecanismos de regulação emocional, abrindo caminho para futuras intervenções mais práticas que promovam o bem-estar psicológico.

1.2 Método

Esta pesquisa configura-se como um estudo de campo, de natureza descritivo-explicativo, e de abordagem qualitativa e quantitativa. Na primeira etapa do estudo, foi realizada uma revisão de literatura para embasar a construção dos itens da medida de Regulação Emocional, com o objetivo de avaliar a adequação e a representatividade dos itens em questão. Em seguida, os itens foram avaliados por pares de juízes especializados, com o intuito de validar a adequação e relevância dos itens para o conceito de Regulação Emocional. A análise semântica foi conduzida para verificar a clareza e compreensão dos itens. Os dados coletados dessa análise foram tratados de forma qualitativa e quantitativa, avaliando, por exemplo, índices de concordância entre os juízes e a adequação dos itens, com vistas a verificar a validade de conteúdo do instrumento desenvolvido, conforme recomendação de Pasquali (2010).

Considerações Éticas

O presente projeto de pesquisa foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos (CEPSH) da Universidade Federal de Santa Catarina, em estrita conformidade com as diretrizes condicionais do Conselho Nacional de Saúde, conforme disposto na Resolução 466/12. A aprovação do projeto foi formalizada através do Certificado de Apresentação para Apreciação Ética (CAAE) 80953224.1.0000.0121.

A pesquisa está alinhada às Diretrizes e Normas Regulamentadoras de Pesquisas Envolvendo Seres Humanos, conforme especificado na Resolução 466/12. Todos os participantes que aceitaram participar foram devidamente informados sobre seus direitos por meio do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, que foi acordado por cada um deles. Ao longo do desenvolvimento da pesquisa, os participantes não enfrentaram prejuízos ou danos, e foram assegurados o respeito ao seu bem-estar e dignidade. Além disso, foram garantidos o sigilo e a proteção dos direitos individuais dos participantes. A pesquisadora também disponibilizou seu contato, e aos participantes que informaram seu *e-mail* receberão ao término do projeto uma devolutiva sobre os resultados da pesquisa realizada. Assim, busca-se uma experiência ética e transparente para todos os envolvidos, reafirmando o compromisso com a integridade e a responsabilidade na condução da pesquisa.

A aprovação ética de projetos de pesquisa é fundamental para garantir a proteção dos direitos e o bem-estar dos participantes, especialmente em estudos que envolvem seres humanos. Conforme salientado por Resnik (2018), o cumprimento das normas éticas, como a Resolução 466/12, é crucial que os participantes sejam tratados com dignidade e respeito, e que os seus dados sejam utilizados de forma responsável. Além disso, a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) garante que os participantes estejam cientes de todos os aspectos do estudo, incluindo riscos e benefícios potenciais, que destaca a importância da transparência no processo de consentimento. Ao seguir essas diretrizes, este projeto reafirma seu compromisso com a integridade ética, protegendo não apenas os direitos dos

participantes, mas também promovendo a confiança na pesquisa científica em sua totalidade. A devolutiva ao final do estudo, conforme o previsto, também contribui para uma maior transparência e valorização da participação, promovendo o engajamento dos indivíduos no processo.

Procedimento para construção dos itens

A primeira etapa para a construção de uma medida envolve a realização de uma revisão da literatura, para descrever os comportamentos e funções cognitivas que fazem parte do fenômeno estudado, bem como sua operacionalização (Reppold, Gurgel & Hutz, 2014), neste caso o fator Regulação Emocional, como uma dimensão da Inteligência Emocional.

Os itens foram elaborados com base nos estudos de Regulação Emocional desenvolvido por Gross (1998, 2015). Uma revisão da literatura foi realizada e vários estudos foram contemplados para compreensão do construto como: definições, modelos teóricos, instrumentos de avaliação, relação com outras variáveis e estudos psicométricos das medidas. Nesse sentido, o conhecimento acerca dos estudos contribuiu para a escolha teórica e o desenvolvimento da medida.

Foi realizada uma revisão de literatura internacional que abrangeu modelos teóricos disponíveis, definições, relações com outros construtos e critérios, bem como instrumentos de avaliação e suas respectivas qualidades psicométricas. O levantamento do estado da arte representa uma ferramenta essencial para a construção de itens representativos das dimensões da regulação emocional, de acordo com o modelo teórico e definições constitutivas.

A estrutura teórica utilizada no presente estudo foi embasada no Modelo Processual de Regulação Emocional proposto por Gross (1998, 2015). Este aporte teórico foi utilizado para a redação das definições constitutivas e operacionais das estratégias de regulação emocional,

como reavaliação cognitiva e supressão emocional. Os demais estudos integrantes da revisão de literatura auxiliaram na complementação das definições, bem como na formulação dos itens.

Os itens foram elaborados pela presente autora com base nas principais estratégias e características descritas na literatura acerca da regulação emocional, observando os critérios e boas práticas de construção psicométrica (Pasquali, 2010). Primeiramente, construíram-se vinhetas, que são pequenas narrativas ou cenários hipotéticos usados para ilustrar situações específicas, e, na sequência, os itens correspondentes a elas, que foram elaborados para avaliar as reações ou decisões dos participantes em relação aos cenários apresentados. O processo de formulação teve como objetivo abranger uma ampla gama de níveis de uso das estratégias de regulação, desde as mais adaptativas, como a reavaliação cognitiva, até as menos adaptativas, como a supressão emocional (Gross, 2015).

Para potencializar a adequação e a validade do instrumento, foram considerados, como princípio teórico, aspectos relacionados às diferenças culturais e de aprendizagem. Embora não tenham sido conduzidos estudos empíricos específicos para avaliar essas diferenças entre culturas ou contextos educacionais, destaca-se a importância de desenvolver itens que sejam culturalmente neutros e acessíveis a diferentes grupos populacionais, independentemente de suas origens ou experiências educacionais. Esse cuidado é respaldado por diretrizes fundamentais para a construção de instrumentos psicológicos, conforme discutido por Hambleton (2005). Outro aspecto fundamental foi o equilíbrio na redação dos itens, tanto em termos de complexidade quanto de carga emocional. Itens mais complexos ou emocionalmente carregados foram alternados com itens mais simples e neutros, para minimizar a fadiga cognitiva dos respondentes e evitar possíveis vieses ou influências indesejadas nas respostas subsequentes (Tourangeau, Rips & Rasinski, 2000).

Inicialmente, apresentaram-se as vinhetas, cada uma representando um cenário hipotético relacionado à Regulação Emocional (RE). A seguir, foram apresentados cinco itens,

avaliando as cinco estratégias da RE no modelo de Gross. Para evitar viés, a ordem de apresentação dos itens foi alternada entre as diferentes estratégias (se na vinheta 1 foi apresentado a estratégia seleção da situação em primeiro lugar, na segunda vinheta ela era apresentada em ordem diferente), o que garantiu uma transição suave entre as etapas, além disso, essa alternância minimizou possíveis efeitos de resposta automática. A escala de resposta utilizada consiste em uma escala ordinal tipo *Likert* de cinco pontos, variando de “Nada Provável” a “Totalmente Provável”.

Resultados da construção dos itens

Foram construídos 80 itens para avaliar as estratégias de Regulação Emocional como um fator da IE. Esses itens foram agrupados em conjuntos de 5, sendo apresentados com vinhetas, totalizando 16 vinhetas. O modelo de RE adotado foi de Gross (1998, 2015) utilizando-se de cinco estratégias de RE, sendo elas: seleção da situação, modificação da atenção, implantação atenciosa, mudança cognitiva e modulação da resposta. Para que a construção fosse bem representada e contemplasse a maior parte de sua extensão semântica, foram construídos mais itens do que o necessário para o instrumento final, sendo indicado uma média de 20 itens na versão final. Essa prática segue as recomendações da literatura psicométrica, que indicam iniciar com um número maior de itens para permitir a seleção daqueles que apresentam melhor desempenho nas etapas de validação (Pasquali, 2010)

Os itens foram operacionalizados em vinhetas com situações do dia a dia com as oito emoções básicas conforme apresentadas por Plutchik (2001): alegria, ansiedade, raiva, aversão, tristeza, surpresa, medo e aceitação. As vinhetas envolvem a descrição de situações que remetem à vivência de emoções. O respondente é convidado a imaginar-se na situação descrita, e a responder a itens específicos, cada um correspondente a um dos fatores propostos

por Gross. Para cada item há uma escala do tipo *Likert* com pontuação de 1 a 5, indicando a probabilidade de o respondente utilizar determinada estratégia de regulação emocional.

Análise de juízes

A análise de juízes é uma etapa fundamental no desenvolvimento de instrumentos psicométricos, sendo utilizada para verificar se os itens são representativos no construto que se pretende medir. Segundo Pasquali (2010), esse processo envolve especialistas na área que avaliam a pertinência e clareza dos itens, além de verificarem se eles estão adequados ao traço latente em questão. A análise de juízes permite a identificação de possíveis ambiguidades ou falhas na formulação dos itens, garantindo maior validade de conteúdo do instrumento. Ainda, de acordo com DeVellis (2016), a contribuição dos juízes é essencial para assegurar que cada item capte adequadamente os aspectos teóricos do construto, sendo este um passo necessário antes de se avançar para análises estatísticas mais detalhadas.

Itens que estão associados a mais de uma dimensão podem indicar problemas na sua construção, enquanto aqueles que não se vinculam a nenhuma dimensão podem ser considerados irrelevantes para a mensuração do construto. Dessa forma, a análise dos juízes é fundamental para o desenvolvimento do instrumento. Além disso, as propriedades gerais dos itens são avaliadas com base nas regras de construção, garantindo que sejam compreensíveis para a população-alvo (Pasquali, 2010). No presente projeto, com base na análise realizada pelos juízes, foi elaborada uma nova versão do instrumento, que posteriormente foi submetida à análise semântica.

Procedimentos

Neste estudo foram convidados quatro juízes que são pesquisadores na área de desenvolvimento de medidas. Dois deles estudantes de doutorado, ambos vinculados a

programas de doutorado em instituições de excelência e desenvolvem pesquisas diretamente relacionadas à psicomетria e a área de avaliação psicológica. Seus trabalhos acadêmicos já incluem apresentações em congressos científicos e publicações, demonstrando engajamento com o rigor científico e o avanço do conhecimento na área. E os outros dois doutores e especialistas também na área de Inteligência Emocional e Regulação Emocional com trajetórias acadêmicas e profissionais consolidadas. Com anos de dedicação à área (um deles com mais de 8 anos e o outro mais de vinte anos), suas publicações em periódicos renomados e participações em eventos científicos nacionais e internacionais reforçam sua autoridade no campo. Além disso, integram grupos de pesquisa reconhecidos, como Grupo de pesquisa em Inteligência Emocional.

O conjunto de itens desenvolvido foi avaliado pelos juízes, que receberam, juntamente com os itens, uma breve descrição do instrumento, informações sobre o público-alvo e definições das facetas a serem avaliadas. Além disso, foram fornecidas instruções para que os juízes associassem cada item à faceta correspondente e avaliassem sua clareza e pertinência para a mensuração do construto em questão.

Análise dos dados

A concordância entre os juízes, foi calculada pelo coeficiente *Kappa*. O valor máximo do coeficiente *Kappa* é 1, o que indica que ambos os juízes concordam em suas decisões para todos os itens avaliados. A interpretação é classificada da seguinte forma: *Kappa* abaixo de 0,0 indica concordância ruim ou desacordo; entre 0,0 e 0,20 indica de nenhuma concordância a leve; entre 0,21 e 0,39 indica concordância mínima; entre 0,40 e 0,59 indica concordância fraca; entre 0,60 e 0,79 indica concordância moderada; entre 0,80 a 0,90 indica concordância forte e acima de 0,90 e indica concordância quase perfeita McHugh (2012).

Os resultados da análise dos juízes ocorreram de forma qualitativa e quantitativa. Na análise qualitativa foram verificados quais os itens que segundo a avaliação dos juízes poderiam não estar claros ou ser pertinentes, e foi avaliado também a concordância dos juízes para o fator esperado.

1.3 Resultado da construção dos itens

Os itens que apresentaram mais problemas saíram da versão inicial. Como os itens estavam relacionados a vinheta e cada item era um subfator optou-se pela retirada da vinheta completa com os cinco itens correspondentes a ela, isso quando vários itens apresentaram múltiplos problemas, como falta de clareza, pertinência inadequada e ambiguidade em relação ao fator que se pretendia medir. Sendo assim, de 16 vinhetas foram retiradas 3, totalizando 13 vinhetas restantes na versão que foi utilizada na etapa seguinte do estudo. Em relação aos itens, foram considerados inadequados 15 itens, restando 65 itens na versão revisada. Resumindo, 15 itens foram inicialmente considerados irrelevantes pelos juízes ou não condizentes com o construto avaliado. Além disso, foram revisadas sugestões de alteração na redação de alguns itens, devido a problemas de clareza, extensão ou por apresentarem mais de uma ideia. As sugestões foram acatadas e as modificações foram realizadas totalizando 65 itens para a análise semântica.

Na análise do *Kappa* considerou-se os 80 itens da versão inicial. O coeficiente *Kappa* calculado a partir da categorização por dimensões, que pode ser verificado na Tabela 2, indicou concordância forte significativa entre os avaliadores ($\kappa=0,83$; $p<0,001$). Os resultados indicam uma forte concordância entre os quatro avaliadores para as cinco dimensões. O *Kappa* mais baixo observado é de ($\kappa=0,73$; $p<0,001$) que corresponde ao subfator modificação da situação, que ainda assim indica um nível moderado. O *Kappa* mais alto ponderado foi de ($\kappa=0,88$; $p<0,001$) que corresponde ao subfator modulação da resposta, seguindo do subfator mudança cognitiva ($\kappa=0,87$; $p<0,001$) que indicam uma concordância forte. E na tabela 2 segue a

implantação atenciosa com *Kappa de* ($\kappa=0,86$; $p<0,001$), e seleção da situação com $\kappa=0,79$ ($p<0,001$).

Tabela 2

Indicadores Kappa por dimensão

Resultado	Kappa	Z	p
Implantação atenciosa	0.86	18.82	< 0.001
Modificação da situação	0.73	15.87	< 0.001
Modulação da resposta	0.88	19.29	< 0.001
Mudança cognitiva	0.87	18.95	< 0.001
Seleção da situação	0.79	17.29	< 0.001
combinado	0.83	36.03	< 0.001

Nota: $p<0,001$

A Tabela 3 apresenta o índice de concordância entre os juízes na avaliação dos itens desenvolvidos para a mensuração das dimensões da escala desenvolvida. Vale notar que inicialmente foi calculada a concordância para cada um dos itens (por exemplo, de 100% quando os juízes apresentaram a mesma classificação para o item) e depois foram calculados os índices para os itens agrupados por dimensão. É possível observar que no subfator modificação da situação os juízes tiveram uma média de concordância de 84,38% apoiando a Tabela 2 em que é também o subfator que mais ocorreu divergência entre os juízes. Observando o subfator modulação da resposta têm-se 96,67% de concordância entre os juízes, apoiando novamente os dados da Tabela 2 que foi o subfator com mais convergência entre os avaliadores. Sendo assim, o subfator em que os juízes mais tiveram divergências entre si foi o da modificação da situação e o que os juízes mais tiveram convergência foi da modulação da resposta. Avalia-se que essas divergências se deram especialmente pela proximidade conceitual dos subfatores, causando muitas vezes dúvidas aos juízes, por exemplo, um item de seleção da situação em uma situação de confronto, muitas vezes se parecia com um de modificação de situação que era focado no problema. A concordância geral entre os juízes foi

consistente em todos os casos, sugerindo que a avaliação apresenta indícios preliminares de validade de conteúdo com base nas análises realizadas pelos especialistas.

Tabela 3

Média de concordância entre os Juízes para cada dimensão

ESPERADO	N	Média (%)	Mínimo (%)	Máximo (%)
Implantação atenciosa	16	95.31	75	100
Modificação da situação	16	84.38	50	100
Modulação da resposta	16	96.88	75	100
Mudança cognitiva	16	93.75	50	100
Seleção da situação	16	93.75	75	100

A tabela 4 apresenta a distribuição da frequência de acertos dos itens avaliados pelos juízes, sendo que os acertos se referem à classificação dos itens conforme a categorização esperada na dimensão. Observa-se que a maioria dos itens (71,25%) foi avaliada corretamente por todos os juízes (4 acertos), ou seja 57 dos 65 itens os juízes concordaram com o que era esperado, 16,25% dos itens foram acertados por 3 juízes, enquanto 10% foram acertados por apenas 1 juiz. Apenas 2,5% dos itens não foram classificados corretamente por nenhum dos avaliados (0 acertos). Esses resultados refletem, de forma geral, um alto nível de concordância e consistência na classificação dos itens, embora haja uma pequena porcentagem de itens que apresentaram discordância significativa.

Tabela 4

Distribuição da Frequência de Acertos por Item entre os Juízes

Nº acertos	Freq.	Percent	Cum.
0	2	2.50	2.5
1	8	10.00	12.5
3	13	16.25	28.75
4	57	71.25	100
Total	80	100.00	

Em suma, os resultados da análise dos juízes indicam uma avaliação robusta e consistente dos itens da escala, com uma forte concordância entre os avaliadores, especialmente nas dimensões modulação da resposta e mudança cognitiva. A revisão dos itens e vinhetas, juntamente com as sugestões de alteração nas redações, teve como objetivo melhorar a clareza e a pertinência dos itens. Como resultado, foi obtida uma versão revisada contendo 65 itens. Embora tenham sido observadas algumas divergências, especialmente no subfator da modificação da situação que apresentou resultado moderado, os dados gerais indicam que a avaliação apresenta bom resultado de validade de conteúdo. Esses resultados são promissores para as etapas subsequentes do estudo, demonstrando que os itens revisados são mais adequados à mensuração das dimensões propostas.

Análise semântica

A análise semântica é uma etapa fundamental na elaboração e validação de instrumentos psicométricos, pois busca avaliar se os itens de uma medida estão compreensíveis às pessoas que são público-alvo do instrumento. Isso é essencial para verificar a validade do conteúdo e evitar ambiguidades que possam comprometer os resultados. Pasquali (2010) destaca que a análise semântica é crucial para analisar se os itens de um teste estão claros e adequados ao público-alvo, permitindo que as respostas reflitam de fato o construto que se pretende medir.

A análise semântica, diz respeito a um estudo realizado com o público-alvo a fim de avaliar se os itens da medida de regulação emocional são claros, se as pessoas conseguem compreender as instruções e realizar o teste como um todo.

Amostra

Neste estudo, a análise semântica foi conduzida com um grupo de nove adultos, todos alfabetizados, e com diferentes níveis de escolaridade: dois com ensino fundamental incompleto, um com ensino médio incompleto, quatro com ensino médio completo, um com ensino superior incompleto e um com ensino superior completo. A idade mínima foi de 18 anos, sendo a idade mínima participante de 24 anos e a máxima 68 anos. Entre os participantes, cinco eram mulheres e quatro homens.

Procedimentos

Os participantes foram divididos em dois grupos, com as sessões realizadas em dias, locais e datas diferentes. Um dos locais foi uma sala cedida na empresa de um dos participantes, onde a coleta de dados ocorreu após o expediente. O outro local utilizado foi uma residência obtida por meio de contato com um participante. Ambas coletas foram no município de Camboriú-SC. O procedimento ocorreu em ambientes silenciosos, com a pesquisadora acompanhando exclusivamente os grupos de participantes. A aplicação foi feita de forma coletiva, utilizando o método tradicional com lápis e papel.

A primeira etapa do procedimento consistiu na apresentação detalhada da pesquisa e na explicação do processo de resposta ao instrumento, com as instruções necessárias para orientar os participantes. Eles foram solicitados a avaliar o instrumento, respondendo às questões e analisando a clareza e a redação de cada item. Também foram encorajados a fazer sugestões de melhoria e anotar quaisquer dúvidas ou dificuldades que encontrarão ao longo da aplicação.

1.5 Resultado da análise semântica

No início da etapa, as instruções não estavam totalmente claras para os participantes, o que gerou dúvidas, principalmente em relação ao entendimento das vinhetas associadas a cada

item. Muitos participantes acreditavam que deveriam responder diretamente às vinhetas, e não que estavam ali como avaliadores. A pesquisadora precisou reiterar as orientações algumas vezes e fornece exemplos para assegurar que todos tivessem compreendido corretamente. No entanto, após essas explicações adicionais, os participantes conseguiram analisar o instrumento sem necessidade de novas intervenções.

A seguir são apresentadas as ponderações que os participantes fizeram em relação aos itens. Optou-se por descrevê-los por separação de categoria para melhor visualização e compreensão:

Tabela 5

Categoria 1: itens exagerados

Item	Descrição versão análise	Descrição pós análise	Observações
	semântica	semântica	
3	Assumo que não sou muito bom/ boa para cozinhar	Assumo que não sou muito bom/ boa para cozinhar	Manteve-se: por compreender de que essa estratégia pode ser adotada por outros indivíduos
14	Largo tudo que sobrou e não volto mais para essa minha casa	Decido deixar o que sobrou para trás e não retorno à minha casa	Reescrito: para atrair mais sujeitos que pudessem utilizar essa estratégia de regulação emocional
41	Desisto definitivamente de fazer atividade física	Desisto de fazer atividade física	Reescrito: para buscar neutralidade
55	Sinto-me muito mal e começo a tratar o garçom e a pessoa com quem estou me encontrando de forma grosseira	Fico muito chateado e começo a tratar grosseiramente tanto garçom quanto a pessoa com quem estou me encontrando	Reescrito: aprimorado a escrita, mas manteve-se o “exagero” para verificar como esse item se comportaria nas próximas etapas

Na Tabela 5, os itens considerados exagerados em relação à situação foram analisados. De acordo com Pasquali (2010), durante o processo de construção de instrumentos, é fundamental que os itens sejam claros e adequados ao construto medido, sendo importante revisar e ajustar os itens que apresentam inconsistências. Alguns itens foram mantidos no original, considerando que isso envolveria mais indivíduos, e buscou-se também manter a neutralidade para evitar vieses nas respostas. Outros itens foram reescritos conforme indicado na Tabela, a fim de aprimorar a esclarecer e a pertinência da redação.

Tabela 6*Categoria 2: itens incoerentes*

Item	Descrição versão análise semântica	Descrição pós análise semântica	Observações
3	Cancelo e fico em casa consumindo bebida alcoólica para relaxar	Cancelo e fico em casa, tomando algo para aliviar o estresse	Reescrito: para atrair mais sujeitos que pudessem utilizar essa estratégia de regulação emocional
7	Falo para o amigo que deve escolher entre mim e a pessoa que não gosto.	Falo para o amigo que deve escolher entre mim e a pessoa que não gosto.	Manteve-se o: para verificar como esse item se comportará nas próximas etapas
9	Vou ao casamento e tento provocar e constranger a pessoa que não gosto	Vou ao casamento e tento provocar e constranger a pessoa que não gosto	Manteve-se: para atrair mais sujeitos que pudessem utilizar essa estratégia de regulação emocional
20	Penso que algum dos meus colegas quis me prejudicar e começo a xingar a todos da sala	Penso que algum dos meus colegas quis me prejudicar e começo a tratá-los de forma grosseira.	Reescrito: aprimorado a escrita
47	Ligo para as pessoas que não vieram e as convido a vir	Ligo para as pessoas que não vieram e as convido a vir	Manteve-se: buscando não alterar fator

Os participantes apontaram que alguns itens não eram consistentes com a situação proposta. Esses itens constantes na Tabela 6, foram submetidos a uma análise qualitativa, como sugere Kline (2015), que recomenda a utilização de *feedback* dos participantes para refinar os itens e melhorar a adequação do instrumento ao construir. Sendo assim, alguns itens foram reescritos com o cuidado de não alterar o fator a que pertenciam, enquanto outros foram suspensos. Isso seguiu a recomendação de que, antes de descartar um item com potencial, é importante analisar seu desempenho em outras etapas do construto (DeVellis, 2016).

Tabela 7*Categoria 3: itens com erros na redação*

Item	Descrição versão análise semântica	Descrição pós análise semântica	Observações
56	Tento me esquivar dos colegas e não quero conversar com ninguém	Após a apresentação busco me afastar dos colegas e não quero conversar com ninguém	Reescrito: aprimorado a escrita
58	Fico no celular tentando me distrair para não pensar no que estou fazendo	Após a apresentação, procuro tarefas para me distrair e não pensar no que estou sentindo	Reescrito: aprimorado a escrita

Conforme apresentado na Tabela 7, os participantes perceberam que o item não correspondia à descrição. O cenário era o seguinte: “Você está apresentando os resultados de

um projeto ao seu chefe e colegas de trabalho. No entanto, percebe que a maioria das pessoas não está satisfeita com o que você está mostrando, o que o(a) faz sentir-se desaprovado(a).” O item 56, correspondente a esse cenário, e gerou confusão sobre se a pessoa tentaria se esquivar durante, antes ou após a apresentação. Para corrigir esse problema, o item foi reescrito, especificando que a esquiva ocorre após a apresentação.

Quanto ao item 58, observou-se uma questão semelhante à encontrada no item 57, referente ao momento em que a pessoa busca distração como estratégia de regulação emocional. Nesse caso, foi apontada a necessidade de modificar o tipo de distração originalmente relacionado ao uso de celular, já que nem todos os indivíduos no ambiente de trabalho podem utilizar esse dispositivo, seja por restrições da empresa ou por escolhas pessoais. Essa sugestão foi considerada altamente relevante para o estudo, uma vez que a limitação ao uso do celular poderia restringir a aplicabilidade do item. Diante disso, optou-se por reescrever o item, ampliando-o para incluir outras formas de distração que pudessem ser acessíveis a um número maior de participantes, garantindo que o instrumento abrangesse diferentes realidades e preferências no ambiente de trabalho. Essa adaptação permitiu uma maior inclusão de sujeitos que poderiam adotar outras estratégias de distração, aumentando a representatividade e a precisão da medida.

Na quarta categoria, a maioria dos participantes propôs ajustes nas palavras utilizadas, com o objetivo de melhorar a contextualização e a clareza dos itens, o que é um procedimento comum e essencial na fase de refinamento de instrumentos psicológicos (Pasquali, 2010). Essas modificações visam assegurar que os itens sejam compreendidos pelos respondentes, aprimorando assim a qualidade do instrumento. Os dados detalhados dessas sugestões podem ser encontrados na Tabela 8, que apresenta os ajustes recomendados.

Tabela 8

Categoria 4: itens com sugestão de mudança de redação

Item	Descrição versão análise semântica	Descrição pós análise semântica	Observações
5	Paro de pensar no que aconteceu e foco no que estou fazendo agora.	Paro de pensar no que aconteceu e foco no que estou fazendo agora.	Manteve-se: para buscar a neutralidade
13	Fico muito tempo me sentindo triste e não paro de pensar no meu azar	Fico muito tempo me sentindo triste e não paro de pensar nas coisas que perdi.	Reescrito: aprimorado a escrita
22	Busco as pessoas para entender melhor o funcionamento do novo trabalho.	Procuro as pessoas para entender melhor o funcionamento do novo trabalho.	Reescrito: aprimorado a escrita
24	Sinto confiança de que irei me adaptar bem ao meu novo trabalho	Sinto confiança de que irei me adaptar bem ao meu novo trabalho	Reescrito: aprimorado a escrita
28	Me envolvo em atividades como uma corrida, para lidar com a situação	Me envolvo em outras atividades para esquecer a mágoa com meu amigo	Reescrito: aprimorado a escrita, para atrair mais sujeitos que pudessem utilizar essa estratégia de regulação emocional
36	Sem saber como reagir, passo a evitar meu vizinho	Fico sem saber como reagir e passo a evitar o meu vizinho.	Reescrito: aprimorado a escrita, mas mantendo a estratégia de regulação emocional
37	Fico pensando continuamente no acontecimento positivo	Fico pensando constantemente no acontecimento positivo	Reescrito: aprimorado a escrita
43	Busco focar no momento atual, observando meus pensamentos e sentimentos.	Busco focar no momento atual, observando meus pensamentos e sentimentos.	Manteve-se: para atrair mais sujeitos que pudessem utilizar essa estratégia de regulação emocional
45	Procuro melhorar meus sentimentos buscando satisfazer-me com algo para comer	Para me sentir melhor procuro algo gostoso para comer.	Reescrito: aprimorado a escrita
50	Tento não mostrar minha frustração com o fato das outras pessoas não estarem presentes.	Tento esconder minha frustração com o fato das outras pessoas não estarem presentes.	Reescrito: aprimorado a escrita
53	Não consigo parar de pensar no papel de ridículo que fiz.	Não consigo parar de pensar no papel de ridículo que fiz.	Manteve-se: a sugestão: “me sinto envergonhado (a) do que fiz” iria ficar repetitiva com a vinheta

No entanto, alguns itens foram inalterados para preservar a neutralidade, especialmente quando as sugestões indicavam contextos muito específicos. Por exemplo, no item 5, foi sugerido substituir “foco no agora” por “foco na vista”, no entanto, essa mudança poderia limitar o alcance do item, já que nem todos os entrevistados têm acesso a cenários específicos,

como, por exemplo, uma vista natural. Segundo Kline (2015), manter a neutralidade dos itens é crucial para evitar a exclusão de certos grupos, assegurando que o instrumento seja aplicável a uma variedade maior de indivíduos, permitindo que todos possam se identificar com as situações propostas.

Tabela 9

Categoria 5: itens amplos

Item	Descrição versão análise semântica	Descrição pós análise semântica	Observações
27	Busco soluções que não envolvam meu amigo	Busco soluções que não envolvam a ajuda de outras pessoas.	Reescrito: aprimorado a escrita e buscando manter o fator

O item 27 foi considerado abrangente demais, conforme indicado na Tabela 9. Esse item foi ajustado de forma sutil para não afetar o fator ao qual estava ligado, seguindo as orientações de DeVellis (2016), que recomenda ajustes cuidadosos nos itens para manter a validade de construção.

Após a aplicação do instrumento, todas as sugestões e observações dos participantes foram meticulosamente coletadas e analisadas. Essa etapa é fundamental para o aprimoramento da medida e a busca da validade de conteúdo (*American Educational Research Association (AERA), da American Psychological Association (APA) e do National Council on Measurement in Education (NCME)*, 2014), pois permitiu identificar pontos críticos em termos de clareza, concisão e compreensibilidade dos itens. O *feedback* dos participantes foi crucial para o refinamento do instrumento.

Conforme sugerido por DeVellis (2016), o processo de refinamento é iterativo, e exige um ajuste contínuo dos itens. As contribuições dos participantes foram levadas em conta nas seguintes revisões, resultando em um instrumento melhor contextualizado e acessível ao público-alvo. Ao analisar as respostas, ficou claro que alguns itens tinham ambiguidades ou eram difíceis de entender, então foram reescritos de um jeito mais claro e direto. Essa abordagem, que foca no *feedback* dos participantes, ajuda com que o instrumento seja relevante

e adequado para o público-alvo, reforçando sua validade de conteúdo. E a validade é de suma importância, já que impacta diretamente na confiabilidade e na generalização dos resultados que conseguimos com o instrumento (Pasquali, 2010).

1.6 Discussão

Os resultados da análise dos juízes, tanto qualitativos quanto quantitativos, fornecem evidências importantes sobre a validade do conteúdo da medida. Ao longo do processo, observa-se que a remoção de itens considerados com mais possibilidades de erros e a reescrita de outros foram essenciais para que o instrumento fosse claro e relevante para a construção deste estudo. Considerando que, conforme sugerido por Gross (1998, 2015), a regulação emocional é um fator central para a adaptação psicológica e pode impactar a maneira como os indivíduos lidam com experiências emocionais em diferentes contextos, ter um instrumento com indícios de validade de conteúdo é importante. A análise qualitativa dos juízes combina itens com possíveis erros de medida, levando à remoção de vinhetas e itens que poderiam não funcionar bem, já que apresentou muitas discordâncias entre juízes e/ou falta de pertinência e clareza.

Na análise quantitativa a forte concordância observada entre os juízes, com coeficientes *Kappa* que variam de 0,73 a 0,87, sugere que as definições operacionais foram detalhadas e aplicadas de maneira consistente. Tais indicadores de concordância são fundamentais, pois esses dados ajudam a direcionar ajustes e refinamentos para estudos futuros de validade do conteúdo (Pasquali, 2010). A remoção de 15 itens e a revisão de outros em função da clareza e pertinência reforçam a relevância do *feedback* dos juízes. O processo de validação não é apenas uma etapa formal, mas uma oportunidade de refinamento que pode resultar em um instrumento mais robusto e acessível (McHugh, 2012).

Os resultados da análise *Kappa* indicam que, apesar de algumas divergências, a concordância geral foi estatisticamente significativa. Isso é particularmente importante ao considerar que a modificação da situação e a modulação da resposta são subfatores suscetíveis a confusões durante uma avaliação. A discrepância maior no subfator de mudança da situação destaca a complexidade da tarefa de categorizar emoções e reações em situações específicas. Além disso, a análise demonstrou que a modulação da resposta foi a faceta com maior concordância, indicando que os juízes estavam mais alinhados ao avaliar itens que refletem esse aspecto. Esse resultado é significativo, pois indica que os juízes podem ter uma compreensão mais clara e unificada sobre a regulação emocional quando se trata de ações e respostas diretas.

Já em relação ao processo de análise semântica no desenvolvimento do instrumento de regulação emocional, não apenas assegura a clareza dos itens, mas também se alinha com as diretrizes propostas por autores renomados na área de validação de instrumentos psicológicos. A partir dos *feedbacks* dos participantes, uma reescrita e a análise qualitativa dos itens foram fundamentais para que o instrumento atendesse a uma variedade de indivíduos, refletindo as nuances das estratégias de regulação emocional, conforme planejado por Gross (1998, 2015). Uma análise qualitativa permitiu identificar itens que poderiam ser considerados incoerentes ou amplos, um ponto que se alinha à argumentação de Cohen, Swerdlik e Sturman (2014), que enfatizam a importância de descrever os itens de maneira que capturam as diferentes facetas de uma construção teórica. Essa abordagem garante que os itens representam especificamente o universo de comportamentos relacionados à regulação emocional.

As partes reescritas dos itens foram realizadas buscando manter a intenção original, conforme preconizado por autores como Pasquali (2010), McHugh (2012), DeVellis (2016) que sugerem que ajustes em itens devem ser feitos com cautela, para que não se altere a construção que está sendo medida. Por exemplo, o ajuste do item que gerou confusão sobre a

esquiva durante uma apresentação foi uma aplicação direta desse princípio, pois foi mantido o sentido, porém melhorando a escrita e consequentemente deixando mais simples para a compreensão do público de forma generalizada.

Os *feedbacks* obtidos durante o processo de análise semântica destacam a importância da participação dos usuários na construção de instrumentos válidos e confiáveis, alinhando-se em uma abordagem de co-construção de conhecimento que visa a inclusão de perspectivas diversas não apenas melhorando a validade do instrumento, mas também contribuindo para a flexibilidade e o uso prático do mesmo em contextos reais.

Em suma, os resultados obtidos nas análises qualitativas e quantitativas não apenas sustentam a evidência de validade de conteúdo da medida de estratégias de regulação emocional, mas também sustenta a importância de um processo cuidadoso e colaborativo na construção de instrumentos psicométricos. A combinação de metodologias, a atenção aos detalhes e o envolvimento dos juízes e participantes são essenciais para que o instrumento atenda às expectativas e necessidades em Psicometria.

Considerações Finais

O processo de desenvolvimento e avaliação de validade de conteúdo do instrumento demonstrou resultados promissores quanto à adequação dos itens e à confiabilidade do instrumento. A análise dos juízes, realizada de forma qualitativa e quantitativa, trouxe contribuições substanciais para a clareza e a pertinência dos itens, favorecendo a representação das estratégias de regulação emocional, em consonância com a teoria de Gross.

A reavaliação dos itens, com base nas sugestões dos juízes e na análise semântica, mostrou-se fundamental para a identificação e a remoção de vinhetas com possíveis fragilidades em termos de clareza e relevância. O coeficiente de *Kappa*, variando entre $k = 0,73$ e $k = 0,87$ nas diferentes dimensões, indicou um nível satisfatório de concordância,

reforçando a consistência do processo avaliativo. Esse refinamento não apenas contribuiu para o aprimoramento da validade de conteúdo, mas também evidenciou a importância da colaboração ativa entre pesquisadores, juízes e participantes, alinhando-se à perspectiva da co-construção do conhecimento.

Destaca-se o elevado grau de concordância entre os juízes em relação aos itens voltados para a modulação da resposta, o que sugere uma compreensão mais consolidada dessa estratégia. Esse processo de refinamento foi essencial para que o instrumento represente de forma mais precisa a complexidade das diferentes estratégias de regulação emocional, fortalecendo sua aplicabilidade em contextos diversos e sua relevância para futuras pesquisas na área.

Referências

- American Educational Research Association, American Psychological Association, & National Council on Measurement in Education. (2014). *Standards for educational and psychological testing*. Washington, DC: American Educational Research Association.
- Cohen, R. J., Swerdlik, M. E., & Sturman, E. D. (2014). *Psychological Testing and Assessment: Introduction to Tests and Measurements*. Amgh Editora.
- Damásio, A. O Mistério da Consciência: Do corpo e das emoções do conhecimento de si. São Paulo: Companhia das Letras, 2000. Original em inglês: *The feeling of what happens: Body and emotion in the making of consciousness*. New York: Harcourt Brace, 1999)
- DeVellis, R. F. (2016). *Scale Development: Theory and Applications* (4th ed.). Sage Publications. L.
- Dias, A. C. P. (2016). *As dificuldades na regulação emocional e os traços de personalidade no consumo de álcool* (Dissertação de mestrado). Universidade de Lisboa, Faculdade de Psicologia, Lisboa, Portugal.
- Gouveia, V. V., Moura, H. M. de, Oliveira, I. C. V. de, Ribeiro, M. G. C., Rezende, A. T., & Brito, T. R. de S. (2018). Emotional Regulation Questionnaire (ERQ): Evidence of Construct Validity and Internal Consistency. *Psico-USF*, 23(3), 461-471. <https://doi.org/10.1590/1413-82712018230306>
- Gross, J. J. (1998). The Emerging Field of Emotion Regulation: An Integrative Review. *Review of General Psychology*, 2(3), 271-299. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.2.3.271>

- Gross, J. J. (2015). Emotion Regulation: Current Status and Future Prospects. *Psychological Inquiry*, 26(1), 1-26. <https://doi.org/10.1080/1047840X.2014.940781>
- Hambleton, R.K. (2005) Issues, designs, and technical guidelines for adapting tests into multiple languages and cultures. Em: R. K. Hambleton, P. F. Merenda, & C. D. Spielberger (Eds.), *Adapting educational and psychological tests for cross-cultural assessment* (pp. 3-3). New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates.
- Hirschle, A. L. T., & Gondim, S. M. G. (2019). Medida de Regulação Emocional no Trabalho (RE-Trab): Estrutura e Evidências de Validade. *Psico-USF*, 24(1), 41-54. <https://doi.org/10.1590/1413-82712019240104>
- Joly, M. C. R. A.; Berberian, A. A.; Andrade, R. G.; & Teixeira, T. C. (2010). Análise de teses e dissertações em avaliação psicológica disponíveis na BVS-PSI Brasil. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 30(1), 174-187. <http://dx.doi.org/10.1590/S1414-98932010000100013>
- Kline, P. (2015). A test construction manual: Introduction to psychometric design. *Routledge*.
- Lira, C. L. O. B de, & Bueno, J. M. H. (2020). Validity evidences for the Emotion Regulation Test. *Psico-USF*, 25(4), 613-624. <https://doi.org/10.1590/1413/82712020250402>
- MacCann C, Joseph DL, Newman DA, & Roberts RD. (2014). Emotional intelligence is a second-stratum factor of intelligence: evidence from hierarchical and bifactor models. *Emotion*. Apr;14(2):358-374. doi: 10.1037/a0034755.
- McHugh, M. L. (2012). Interrater reliability: The kappa statistic. *Biochemia Medica*, 22(3), 276–282.
- McRae, K., & Gross, J. J. (2020). Emotion regulation. *Emotion*, 20(1), 1-9. <https://doi.org/10.1037/emo0000703>
- Matthews, G., Roberts, R. D., Zeidner, M. (Eds.). (2020). The Science of Emotional Intelligence: Knowns and Unknowns. *Oxford University Press*.
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9(3), 185-211. doi:10.2190/DUGG-P24E-52WK6CDG
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? In P. Salovey & D. Sluyter (Eds.), *Emotional development and emotional intelligence: Implications for educators* (pp. 3–31). New York, NY: Basic Books.
- Mayer, J. D., Salovey, P., Caruso, D. R., & Cherkasskiy, L. (2011). Emotional intelligence. In R. J. Sternberg & S. B. Kaufman (Eds.), *The Cambridge handbook of intelligence* (pp. 528–549). Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511977244.027>

- Mayer, J. D., Caruso, D. R., & Salovey, P. (2016). The ability model of emotional intelligence: Principles and updates. *Emotion Review*, 8(4), 290-300. <https://doi.org/10.1177/1754073916639667>
- Miguel, F. K. (2015). Psicologia das emoções: uma proposta integrativa para compreender a expressão emocional. *Psico-USF*, 20(1), 153-162. <https://doi.org/10.1590/1413-82712015200114>
- Miguel, F. K., Zuanazzi, A. C., & Amaral, A. E.V. (2017). Avaliação de Aspectos da Inteligência Emocional nas Técnicas de Pfister e Zulliger. *Trends in Psychology*, 25(4), 1853-1862. <https://doi.org/10.9788/tp2017.4-17pt>
- Mohammadkhani, P., Abasi, I., Pourshahbaz, A., Mohammadi, A., & Fatehi, M. (2016). The role of neuroticism and experiential avoidance in predicting anxiety and depression symptoms: Mediating effect of emotion regulation. *Iranian Journal of Psychiatry and Behavioral Sciences*, 10(3), e5047. <https://doi.org/10.17795/ijpbs-5047>
- Nelis, D., Quoidbach, J., Hansenne, M., & Mikolajczak, M. (2011). Measuring individual differences in emotion regulation: the emotion regulation profile-revised (ERP-R). *Psychologica Belgica*, 5(1), 49-91.
- Pasquali, L. (2010). Testes referentes a construção: Teoria e modelo de construção. In L. Pasquali e colaboradores. *Instrumentação psicológica: fundamentos e práticas*. (pp. 165-198). Porto Alegre: Artmed.
- Plutchick, R. (2001). Integration, Differentiation, and Derivatives of Emotion. *Evolution and Cognition*, Vol. 7, No. 2. P. 114-205
- Reppold, C. T., Gurgel, L. G. & Hutz, C. S. (2014). O processo de construção de escalas psicométricas. *Avaliação Psicológica*, 13(2), 307-310. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-04712014000200018&lng=pt&tlng=pt.
- Resnik, David B. (2018). The Ethics of Research with Human Subjects: Protecting People, Advancing Science, Promoting Trust. Cham: Springer Verlag.
- Riaz M, Abid M, & Bano Z. (2021) Psychological problems in general population during covid-19 pandemic in Pakistan: role of cognitive emotion regulation. *Ann Med*. Dec;53(1):189-196. doi: 10.1080/07853890.2020.1853216. PMID: 33307858; PMCID: PMC7877949.
- Rodrigues, A. P. G. & Gondim, S. G. (2014). Expressão e regulação emocional no contexto de trabalho: um estudo com servidores públicos. *RAM. Revista de Administração Mackenzie*, 15(2), 38-65. <https://doi.org/10.1590/S1678-69712014000200003>
- Schäfer, J.L., Cibils Filho, B. R., Moura, T. C. de., Tavares, V. C., Arteche, A. X. & Kristensen, C. H. (2018). Psychometric properties of the Brazilian version of the Cognitive Emotion

- Regulation Questionnaire. *Trends in Psychiatry and Psychotherapy*, 40(2), 160-169. <https://dx.doi.org/10.1590/2237-6089-2017-0074>
- Smith, C. A., & Lazarus, R. S. (1990). Emotion and adaptation. In L. A. Pervin (Ed.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 609-637). New York: Guilford Press
- Tourangeau, R., Rips, L. J., & Rasinski, K. (Eds.). (2000). *The psychology of survey response*. Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511819322>
- Wiltburg, T. D., & Miguel, F. K. (2021). Estudo de validade do Questionário Online de Regulação Emocional. *Psico*, 52(1), 1–10. <https://doi.org/10.15448/1980-8623.2021.1.34728>

Estudo 2 Propriedades psicométricas preliminares da medida e evidências de validade por construto relacionado

Resumo: O presente estudo tem como objetivo analisar as propriedades psicométricas preliminares de uma medida de regulação emocional, focando na avaliação da consistência interna, das correlações item-resto e das estatísticas descritivas dos itens e dimensões do instrumento e evidências preliminares de validade por construto relacionado utilizando um instrumento de personalidade. A pesquisa foi realizada com uma amostra de 80 participantes, majoritariamente de Santa Catarina, e coletada de forma 100% *online*. Foi investigada a relação entre as dimensões da regulação emocional e da personalidade, com base no modelo dos Cinco Grandes Fatores. O estudo revelou que a exclusão de itens com baixo desempenho resultou em uma melhoria na consistência interna das dimensões analisadas. Na dimensão Seleção da Situação, a remoção de um item elevou o coeficiente Alfa de Cronbach de 0,68 para 0,70, enquanto na Mudança Cognitiva, o Alfa aumentou de 0,77 para 0,80 após a exclusão de um item. A Modulação da Resposta apresentou inicialmente a menor consistência ($\alpha=0,58$), mas a exclusão de dois itens melhorou a consistência para 0,61. A Implantação Atenciosa apresentou boa confiabilidade ($\alpha=0,73$). Esses resultados indicam que a exclusão de itens com baixo desempenho contribuiu para um aumento na confiabilidade da escala. Além disso, foram analisadas as correlações entre as dimensões da regulação emocional. Os resultados mostraram que a Seleção da Situação teve correlações positivas significativas com as dimensões Mudança Cognitiva, Modificação da Situação e Implantação Atenciosa, sugerindo que indivíduos com maior habilidade em selecionar situações tendem a empregar outras estratégias de regulação emocional. A Modificação da Situação foi fortemente correlacionada com a Mudança Cognitiva, enquanto a Implantação Atenciosa apresentou correlação negativa com a Modulação da Resposta. Por fim, a validade por construto relacionado da medida foi analisada por meio das correlações entre as estratégias de regulação emocional e as dimensões de personalidade do modelo dos Cinco Grandes Fatores, mensuradas pela Bateria Adaptativa de Personalidade (BAP). A análise revelou uma relação negativa significativa entre a Seleção da Situação e o neuroticismo, indicando que indivíduos com menor neuroticismo tendem a empregar essa estratégia de forma mais eficiente. Por outro lado, a Modificação da Situação teve correlações positivas com as dimensões Socialização, Extroversão e Realização. Esses achados sugerem que as características de personalidade se relacionam com a escolha e eficácia das estratégias de regulação emocional, com traços de personalidade adaptativos associando-se a estratégias mais eficazes, como a Mudança Cognitiva e a Modulação da Resposta.

Palavras-chaves: validade, consistência interna, construto relacionado, confiabilidade

Abstract: This study aims to analyze the preliminary psychometric properties of a measure of emotion regulation, focusing on evaluating the internal consistency, item-rest correlations, and descriptive statistics of the instrument's items and dimensions, as well as preliminary evidence of related construct validity using a personality instrument. The research was conducted with a sample of 80 participants, mostly from Santa Catarina, and collected 100% online. The relationship between the dimensions of emotion regulation and personality was investigated, based on the Big Five Factors model. The study revealed that excluding low-performing items resulted in an improvement in the internal consistency of the analyzed dimensions. In the Situation Selection dimension, removing one item raised the Cronbach's Alpha coefficient from 0.68 to 0.70, while in Cognitive Change, the Alpha increased from 0.77 to 0.80 after removing one item. Response Modulation initially showed the lowest consistency ($\alpha=0.58$),

but removing two items improved the consistency to 0.61. Attentional Deployment showed good reliability ($\alpha=0.73$). These results indicate that excluding low-performing items contributed to an increase in the reliability of the scale. Furthermore, the correlations between the dimensions of emotion regulation were analyzed. The results showed that Situation Selection had significant positive correlations with the Cognitive Change, Situation Modification, and Attentional Deployment dimensions, suggesting that individuals with greater ability to select situations tend to employ other emotion regulation strategies. Situation Modification was strongly correlated with Cognitive Change, while Attentional Deployment showed a negative correlation with Response Modulation. Finally, the related construct validity of the measure was analyzed by examining the correlations between emotion regulation strategies and the personality dimensions of the Big Five Factors model, measured by the Adaptive Personality Battery (BAP). The analysis revealed a significant negative relationship between Situation Selection and neuroticism, indicating that individuals with lower neuroticism tend to employ this strategy more efficiently. On the other hand, Situation Modification had positive correlations with the Socialization, Extroversion, and Achievement dimensions. These findings suggest that personality characteristics are related to the choice and effectiveness of emotion regulation strategies, with adaptive personality traits being associated with more effective strategies, such as Cognitive Change and Response Modulation.

Keywords: validity, internal consistency, related construct, reliability

2.1 Introdução

Regulação Emocional (RE) é um construto que aborda a capacidade de gerenciar e modificar as emoções de forma adaptativa, visando atender às demandas do ambiente e aos objetivos individuais (Gross, 2015; Mayer, Salovey & Caruso, 2016). Embora o foco central deste estudo seja a RE, ela é um dos fatores da Inteligência Emocional (IE), e é definida como um conjunto de habilidades relacionadas ao reconhecimento, compreensão e manejo das próprias emoções e das emoções dos outros. No presente estudo a regulação emocional é compreendida como um fator da inteligência emocional conforme o modelo atualizado, Mayer, Caruso e Salovey (2016) que compreendem os processos mentais envolvidos na Inteligência emocional em quatro fatores sendo eles: a) percepção e expressão da emoção; b) utilização das emoções para orientar o pensamento; c) compreensão e raciocínio emocional; d) regulação emocional própria e nos outros. Sendo assim, apenas um fator será contemplado neste estudo: a regulação emocional.

O conceito de IE emergiu a partir da inteligência social, proposta por Thorndike (1930), sendo formalizado por Salovey e Mayer (1990), que a definiram como um conjunto de habilidades para perceber, compreender e regular emoções. Desta forma, a RE, como parte dessa estrutura, é compreendida de acordo com Mayer, Caruso e Salovey (2016), como a regulação eficaz das emoções e exige a capacidade de identificar, compreender e avaliar tanto as próprias emoções quanto as dos outros, além de escolher as estratégias mais apropriadas para manter ou modificar estados emocionais de forma adaptativa. Segundo os autores, para que um indivíduo regule suas emoções e alcance o resultado desejado, é necessário: ter a capacidade de gerir suas emoções de maneira eficaz; saber gerir as emoções do outro; analisar e decidir a melhor estratégia para diminuir, conservar ou aumentar a resposta emocional; observar e ponderar a resposta frente às emoções, independentemente de serem agradáveis ou não; manter-se aberto a senti-las e analisar os conteúdos que podem transmitir; identificar se a emoção é útil e deixar-se envolver.

A Regulação Emocional é caracterizada, conforme apresenta Rodrigues e Gondim (2014), como uma série de processos neurofisiológicos, cognitivos e comportamentais, podendo ser conscientes ou automáticos, que têm a função de manifestar as emoções, impactando no bem-estar social, desenvolvimento pessoal e na aprendizagem. Diz respeito ainda ao gerenciamento adequado das emoções utilizando-se das capacidades cognitivas na busca da melhor estratégia a fim de potencializar emoções positivas e minimizar as negativas. A Regulação Emocional, para Gross (2015), é o processo da transformação do andamento dos elementos da resposta emocional. Nesse sentido, a RE induz qual emoção o indivíduo tem, a intensidade, o tempo de duração e a qualidade em termos de experiência, ação e expressão da emoção.

James Gross tem se dedicado ao estudo da RE e em 1998, ele desenvolveu um modelo teórico que fornece uma estrutura detalhada para categorizar os diferentes sistemas de

Regulação Emocional. Descreve também os diferentes estágios pelos quais os indivíduos influenciam suas emoções ao longo do tempo. A Regulação Emocional é abordada como um processo de transformação dos componentes da resposta emocional, influenciando quais emoções são experimentadas, sua intensidade, duração e expressão (Gross, 1998, 2015).

O modelo teórico de Gross (1998, 2015) categoriza as estratégias de RE em cinco domínios: (1) seleção da situação, (2) modificação da situação, (3) implantação atenciosa, (4) mudança cognitiva e (5) modulação da resposta. A seleção da situação envolve a escolha de ambientes que minimizem emoções negativas, enquanto a modificação da situação busca alterar o ambiente para reduzir os impactos emocionais. A implantação atenciosa refere-se ao uso da atenção para modificar emoções, enquanto a mudança cognitiva envolve modificar a forma como um indivíduo interpreta uma situação emocional. Por fim, a modulação da resposta ocorre após a emoção ter sido gerada, com estratégias como compartilhamento de emoções, agressão verbal ou física, uso de substâncias e supressão expressiva (Gross, 2015)

Gross (2015) enfatiza que os indivíduos podem intervir na regulação emocional em diferentes momentos, estes são considerados nível micro e macro. Nos primeiros milissegundos após o surgimento da emoção, considerado o nível micro, é possível intervir rapidamente para modificá-la. Alternativamente, os indivíduos também podem regular suas emoções horas ou até dias após a experiência emocional inicial, considerado o nível macro. Esta flexibilidade temporal permite uma abordagem adaptativa e personalizada à regulação emocional

A RE tem despertado grande interesse de pesquisadores, pois sua eficácia está diretamente associada à saúde mental, à qualidade dos relacionamentos interpessoais e ao desempenho acadêmico e profissional (Gross, 2015; Miguel, Zuanazzi & Amaral, 2017; Lira & Bueno, 2020). Déficits em habilidades de RE estão frequentemente ligados ao desenvolvimento de transtornos psicológicos, como ansiedade e depressão, e ao impacto

negativo nas relações sociais e no alcance de objetivos pessoais (Hirschle & Gondim, 2019; Riaz, Abid & Bano, 2021; Mohammadkhani *et al.*, 2016; Harley *et al.*, 2019).

Pesquisas, como a de Mohammadkhani *et al.* (2016), destacam a relação entre a RE e variáveis psicológicas, como o neuroticismo, preocupação e dificuldades na regulação emocional, apontando que essas variáveis são preditores significativos de dificuldades emocionais e sintomas de ansiedade e depressão, os pesquisadores investigaram a relação entre variáveis psicológicas, utilizando o Questionário de Aceitação e Ação-II (AAQ-II), o Questionário de Personalidade de Eysenck (EPQ) – subescala de neuroticismo – e a Escala de Dificuldades na Regulação Emocional (DERS). Os resultados mostraram que tanto o AAQ-II ($\beta = -0,202$, $p < 0,001$) quanto o neuroticismo ($\beta = 0,538$, $p < 0,001$) foram preditores significativos das dificuldades na regulação emocional ($r = 0,653$, $p < 0,001$). Os mesmos autores em outra análise, apresentaram o resultado: AAQ-II, o neuroticismo, o DERS e o Questionário de Preocupação da Penn State (PSWQ) foram preditores significativos da ansiedade medida pelo *Beck Anxiety Inventory* (BAI), destacando o impacto dessas variáveis nos sintomas ansiosos ($p < 0,001$). Sendo assim, o estudo evidenciou que sintomas de ansiedade e depressão estão associados a altos níveis de neuroticismo, preocupação e dificuldades na regulação emocional, sugerindo uma relação entre esses fatores e o agravamento do sofrimento psicológico.

Outra pesquisa relevante foi conduzida por Dias (2016), que investigou a relação entre padrões de consumo de álcool, traços de personalidade e dificuldades na regulação emocional indicando que indivíduos com consumo de risco apresentaram maior dificuldade em acessar estratégias de regulação emocional. Diante dos estudos apresentados, é possível observar a relação entre aspectos emocionais, comportamentais e de personalidade e como eles desempenham um papel fundamental na compreensão da regulação emocional.

O presente estudo busca, portanto, analisar as propriedades psicométricas da medida de Regulação Emocional, com foco nas evidências de validade de consistência interna e na validade por construto relacionado. A partir da aplicação dessa medida, objetiva-se verificar sua capacidade de mensurar de forma precisa e consistente os diferentes aspectos das estratégias de Regulação Emocional, conforme delineado pelo modelo teórico de Gross (1998, 2015). Considerando a relevância da regulação emocional na promoção da saúde mental e no bem-estar social, o presente estudo tem como objetivo contribuir para a construção de instrumentos teóricos e práticos que ampliem a compreensão sobre o papel das estratégias de regulação emocional em diferentes contextos. Essa abordagem busca oferecer subsídios para a elaboração de intervenções, com potencial para otimizar a prevenção e o tratamento de distúrbios emocionais, além de promover o fortalecimento do bem-estar psicológico e social.

2.2 Método

Neste estudo, foi realizada a verificação das propriedades psicométricas dos itens desenvolvidos, incluindo indicadores de correlação item-resto, o Alfa de Cronbach caso cada item fosse retirado e as estatísticas descritivas de média e desvio-padrão, bem como a precisão das dimensões da medida de Regulação Emocional. Também foram examinadas, as correlações entre as dimensões da medida de Regulação Emocional com uma medida para avaliar personalidade no modelo dos Cinco Grandes Fatores, utilizando a correlação de Pearson.

As estratégias para obter evidências de validade de medidas ganharam grande destaque na avaliação psicológica a partir da década de 1970, principalmente após a publicação dos estudos de Cronbach e Meehl (1955) conforme indica Teixeira (2016). Além disso, o desenvolvimento de teorias psicológicas fundamentadas em dados empíricos e o avanço de

métodos como a análise fatorial e a Teoria de Resposta ao Item (TRI) também foram fatores decisivos nesse processo (Pasquali, 2010).

As evidências de validade baseadas na estrutura interna focam na análise detalhada dos itens de um instrumento. Pasquali (2010) destaca que através da avaliação dos padrões de covariância entre os itens, busca-se compreender como esses itens se relacionam entre si e com as possíveis subescalas. Itens que analisam informações tendem a apresentar covariação, formando grupos de significados semelhantes. Esse processo permite verificar se a estrutura teórica dimensional proposta inicialmente é corroborada pela análise empírica das covariâncias entre os itens.

No entanto, em alguns contextos, os agrupamentos de fatores não são definidos por métodos estatísticos, mas sim pelo autor, com base em critérios teóricos e conceituais. Essa abordagem qualitativa, comum em estudos exploratórios ou em situações com limitações amostrais, utiliza o julgamento do pesquisador para organizar os itens de acordo com hipóteses teóricas ou características aparentes (Pasquali, 2010). Essa prática pode ser útil quando a aplicação de métodos quantitativos mais rigorosos, como uma análise fatorial, não é viável.

A definição inicial de agrupamentos baseada no julgamento do autor pode ser uma etapa importante no desenvolvimento exploratório de instrumentos (Pasquali, 2010). No entanto, é essencial que essa abordagem seja seguida de validação quantitativa para que os agrupamentos teóricos reflitam de fato as estruturas latentes. Dessa forma, o presente estudo segue essa abordagem, iniciando com uma organização teórica sólida dos itens, fundamentada na literatura e hipóteses previamente condicionais, mas com o compromisso de aplicar métodos estatísticos nas etapas subsequentes para validar os agrupamentos sugeridos. A combinação de evidências teóricas e empíricas é fundamental para a confiabilidade e a validade do instrumento, oferecendo uma base científica robusta para sua aplicação em contextos práticos. Em síntese, a descrição de abordagens qualitativas e quantitativas na construção e validação

de instrumentos psicológicos garante que tanto o conhecimento prévio quanto os dados empíricos contribuam para a criação de medidas psicologicamente precisas e científicas.

Já a busca por evidências de validade por construto relacionado, envolve investigar como os escores obtidos em um instrumento se relacionam com outras que, embora não façam parte do teste, são teoricamente relevantes para o construto avaliado. Esse processo inclui a análise de validade convergente e divergente. A validade convergente é evidenciada quando o teste apresenta altas correlações com outros instrumentos que medem o mesmo construto, confirmando a consistência teórica entre as medidas. Já a validade divergente é demonstrada por meio de baixas correlações com instrumentos que avaliam construtos diferentes, reforçando a especificidade do teste (Primi, Muniz & Nunes, 2009).

Assim, ela é indicada quando o instrumento apresenta correlações fracas ou nulas com instrumentos que medem construções que, embora semelhantes, não devem ser confundidas com a construção em questão. Dessa forma, permite verificar se o instrumento está medindo o que se propõe a medir, sem se confundir com outros construtos (Primi, Muniz & Nunes 2009). Sendo assim, é possível utilizar testes psicológicos que medem os mesmos construtos, construtos diferentes ou relacionados. Quando se realizam essas correlações, espera-se que haja correlações fracas com testes que avaliam construções diferentes, moderadas com testes que abordam construtos relacionados e fortes com testes que medem o mesmo construto (Pasquali, 2007).

Pacico e Hutz (2015) enfatizam que a análise da associação entre as variáveis e o construto medido pelo teste em validação fornece evidências robustas de validade. Essa associação demonstra não apenas a precisão do instrumento em capturar o construto teórico, mas também sua utilidade prática. Ao investigar a relação entre as pontuações do teste e variáveis não psicológicas, como critérios externos e características sociodemográficas, é possível identificar padrões de associação que contribuem para a compreensão mais profunda

do construto e direcionam a aplicação do instrumento em contextos específicos. Essa abordagem permite a construção de modelos preditivos e a personalização de intervenções em psicologia aplicada.

Com relação à variável estudada neste estudo, a Regulação Emocional, vários estudos apontam que ela está relacionada com diversas variáveis como: saúde mental, bem-estar, ansiedade, depressão, estresse e personalidade conforme estudos conduzidos por Hirschle e Gondim (2019); Riaz, Abid e Bano (2021); Mohammadkhani *et al.* (2016); entre outros. No escopo deste projeto, será verificada a relação entre a medida desenvolvida e escores de uma medida de personalidade no modelo dos Cinco Grandes Fatores (BAP), buscando relações com variáveis relacionadas. A seguir são descritas as características dos participantes que compuseram a amostra para as duas etapas, bem como os procedimentos para a coleta de dados e os instrumentos.

Participantes

A amostra foi composta por 80 sujeitos. Os critérios de inclusão para os participantes foram: ter 18 anos ou mais, ser alfabetizado e ter respondido a pelo menos 30 itens do instrumento de Regulação Emocional. Este último foi aplicado para buscar a compreensão adequada do instrumento como um todo. A idade média da amostra, após a aplicação dos critérios de inclusão, foi de 35,44 anos (DP=13,03). A maioria da amostra indicou ser do gênero feminino (67,50%), e residirem no estado de Santa Catarina (92,50%)

Local

A coleta de dados ocorreu 100% no formato *online* e a proposta era englobar pessoas da comunidade em geral. Os convites foram lançados com o *link* da pesquisa e *QR Code* através das redes sociais como: *whatsapp*, *telegram*, *instagram*, *e-mail*. O Instituto Federal

Catarinense IFC colaborou enviando e-mails a todos os alunos e servidores com 18 anos ou mais com o convite e *link* da pesquisa.

Instrumentos

Para a realização da presente pesquisa foi utilizado um questionário sociodemográfico, o instrumento para avaliação de estratégias de regulação emocional construídos no primeiro estudo e a Bateria Adaptativa de Personalidade (BAP).

Questionário sociodemográfico

O questionário sociodemográfico foi elaborado pela autora (Apêndice B) com o objetivo de caracterizar o perfil dos participantes em relação ao gênero, sexo, idade, cor/raça, região, dados profissionais, escolaridade, renda, informações sobre diagnóstico de doença mental e uso de psicofármacos, prática de atividade física.

Medida de Regulação Emocional

O desenvolvimento da medida de Regulação Emocional teve como base teórica o modelo de Regulação Emocional proposto por Gross (1998, 2015). Para a compreensão das emoções, foi utilizada a teoria Psicoevolutiva das emoções de Plutchik (2001). A RE é entendida, neste estudo, como um fator da Inteligência Emocional, conforme a proposta de Mayer e Salovey (1997) e Mayer, Caruso e Salovey (2002, 2016). A avaliação foi realizada por meio de estratégias de RE, utilizando o julgamento situacional. Treze vinhetas foram apresentadas contemplando as emoções básicas de Plutchik (2001), sendo elas: alegria, medo, tristeza, aceitação, raiva, surpresa, nojo e ansiedade. Para cada vinheta um conjunto de cinco estratégias de RE foram apresentadas, sendo cada uma das diferentes estratégias de RE

(seleção da situação, modificação da situação, implantação atenciosa, mudança cognitiva e modulação da resposta), totalizando 65 itens para representar a amostra, segue um exemplo:

Vinheta: *Imagine que você marcou de ir comer uma pizza com um(a) amigo(a) e ele(a) esqueceu. Você fica triste pela situação: a) entra em contato com o amigo, expressando seus sentimentos de decepção e tristeza pelo esquecimento e busca entender o que aconteceu (Seleção da situação - confronto). b) saio para uma caminhada para tentar esquecer (implantação atenciosa - distração) c) pensa que seu amigo(a) pode ter tido um imprevisto ou simplesmente esqueceu, sem querer, e que isso não diminui o valor da amizade de vocês (mudança cognitiva - reavaliação positiva), d) vou sozinho (modificação da situação), e) você recorre ao uso de bebidas para lidar com o sentimento de rejeição (modulação da resposta - uso de substâncias)*

Em seguida, os participantes tiveram que avaliar o quanto provavelmente usariam cada estratégia para regular suas emoções com base nas opções apresentadas, pontuando em uma escala tipo *Likert* de 5 pontos, atribuindo 1 para as estratégias que julgavam que muito improvavelmente usariam e 5 para as que muito provavelmente usariam. As alternativas 2, 3 e 4 foram os níveis intermediários.

Bateria Adaptativa de Personalidade

A BAP é um instrumento para avaliação de personalidade baseado no modelo dos Cinco Grandes Fatores de Personalidade (Nunes *et.al.*, 2015). A partir da avaliação dos cinco fatores amplos – Abertura, Extroversão, Neuroticismo, Realização e Socialização, à suas derivações mais específicas, ou seja, suas facetas. O número de itens respondidos pelos participantes varia, dependendo dos seus padrões de respostas e de quantas rodadas o sistema adaptativo precisa para alcançar níveis elevados de precisão em suas medidas, no entanto, tipicamente fica próximo de 50 itens.

A BAP, na sua versão atual, conta com um banco de itens composto por 483 itens calibrados. O sistema de aplicação do teste apresenta, inicialmente, um conjunto de itens associados a diferentes níveis dos traços avaliados e, a partir da estimativa inicial do resultado do testando, são escolhidos os itens mais apropriados ao participante. A aplicação é, desta forma, interativa e é encerrada quando são atingidos critérios definidos, usualmente relacionados ao erro de medida alcançado, ao número de itens, à ausência de outros itens que acarretem aumento nas curvas de informação do teste (Embretson & Reise, 2000; Pasquali, 2007; Scalise & Allen, 2015). Em 2020, com o apoio da equipe da Superintendência de Governança Eletrônica e Tecnologia da Informação e Comunicação SETIC da Universidade Federal de Santa Catarina UFSC, a BAP passou a ser disponibilizada a partir de um servidor do ambiente Concerto instalado na infraestrutura da informática da UFSC (<https://concerto.sites.ufsc.br/test/bap>).

O teste adota um sistema com aplicação *online* na qual são apresentadas instruções para a realização do teste, itens exemplos e, então, os itens para a realização da medida dos cinco fatores. A BAP adota uma escala tipo *Likert* de cinco pontos, que varia de "Descreve-me muito mal" a "Descreve-me muito bem".

Verificação das propriedades psicométricas preliminares da medida de Regulação

Emocional

Análise de dados

Os itens construídos para avaliar cada uma das dimensões da medida de Regulação Emocional foram agrupados e foram avaliadas suas propriedades psicométricas considerando os seguintes parâmetros: indicadores de correlação item-resto (versão não enviesada do indicador correlação item-total), o *Alfa* de *Cronbach* com a retirada do item, estimado pela Teoria Clássica dos Testes (TCT) (Wright & Stone, 2004), média e desvio-padrão.

Considerando tais propriedades, foi verificada a ocorrência de itens pouco discriminativos e se a sua retirada aumentaria a precisão da dimensão. É importante considerar que em função do tamanho limitado da amostra, esses resultados devem ser considerados preliminares. A efetiva seleção de itens será realizada a partir de uma base de dados ampliada, que permitirá a realização de análises fatoriais.

A correlação item-resto avalia o quanto cada item está relacionado à pontuação total da escala (no caso deste estudo, das dimensões de RE), excluindo o próprio item. Quanto maior a correlação item-resto, melhor o item discrimina a variável latente subjacente à dimensão da regulação emocional. Já o *Alfa de Cronbach*, uma medida de consistência interna, foi calculado para cada dimensão, sendo analisado o impacto na consistência interna caso cada item fosse removido. Sendo assim, o cálculo do coeficiente *Alfa de Cronbach* com a exclusão de um item é um procedimento que verifica se a remoção desse item aumentaria a precisão da medida (Field, 2018).

A análise da média e do desvio-padrão de cada item permite observar a variabilidade nas respostas, possibilitando a identificação de itens que podem não estar captando de maneira adequada as nuances do fenômeno avaliado, seja por não apresentarem variabilidade suficiente nas respostas, seja por apresentarem itens com conteúdo extremos, nos quais as pessoas tendem a concordar ou discordar plenamente. Ao avaliar esses parâmetros, verificou-se se a retirada de algum item contribuiria para aumentar a precisão da dimensão. Além disso, essa análise pode fornecer compreensões sobre quais itens podem ser reformulados ou excluídos, auxiliando para que o instrumento possa se tornar mais sensível e eficaz para mensuração o construto em questão.

2.3 Resultado da análise das propriedades psicométricas da medida de regulação emocional

Primeiramente, foi realizada a análise do número de dados faltantes (*missing*) no conjunto de respostas da medida de RE, constatando-se que 27,78% dos participantes não responderam a nenhum item do questionário. Esse percentual de não resposta é significativo e pode impactar a análise subsequente, exigindo cuidados no tratamento estatístico para evitar vieses que poderiam comprometer os resultados. A Tabela 10 detalha a distribuição dos dados faltantes, fornecendo uma visão clara sobre os itens mais afetados. Considerando a importância de tratar adequadamente esses dados, técnicas como imputação de valores ou exclusão de casos podem ser utilizadas para minimizar os efeitos das respostas ausentes e resultados mais precisos e representativos da população estudada.

Tabela 10:

Frequência de missing

Nmiss	Freq.	Percent	Cum.
0	57	39.58	39.58
1	5	3.47	43.06
3	1	0.69	43.75
4	1	0.69	44.44
5	3	2.08	46.53
8	1	0.69	47.22
10	1	0.69	47.92
11	2	1.39	49.31
12	1	0.69	50
15	3	2.08	52.08
20	2	1.39	53.47
25	3	2.08	55.56
35	2	1.39	56.94
40	1	0.69	57.64
41	1	0.69	58.33
45	2	1.39	59.72
50	3	2.08	61.81
51	1	0.69	62.5
52	7	4.86	67.36
55	2	1.39	68.75
57	1	0.69	69.44
60	3	2.08	71.53
62	1	0.69	72.22
65	40	27.78	100
Total	144	100	

As frequências foram analisadas e decidiu-se pela exclusão dos participantes que apresentaram mais de 31 *missing* das análises. A exclusão de participantes que apresentam uma quantidade significativa de dados faltantes (*missing*) é uma prática comum e justificada em pesquisas, principalmente para a validade e a confiabilidade dos resultados. Segundo Hair *et.al.* (2014), uma amostra com muitos valores ausentes pode introduzir vieses e distorcer as análises, comprometendo a precisão dos resultados estatísticos. Além disso, Schafer e Graham (2002) ressaltam que a presença de *missing* pode reduzir o poder da análise, diminuindo a capacidade de detectar efeitos reais e aumentar a probabilidade de erro tipo I ou II. Ou seja, concluímos que há um efeito ou uma diferença quando, na realidade, não existe ou concluímos que não há efeito ou diferença, quando, na verdade, existe. Assim, a remoção de casos com excesso de dados faltantes visa preservar a integridade do conjunto de dados, assegurando que os modelos estimados reflitam a realidade da amostra e produzam inferências mais robustas e confiáveis.

A base de dados registrou 145 participantes que iniciaram a pesquisa. Foram incluídos os participantes que responderam a pelo menos 30 itens do instrumento e que tinham idade igual ou superior a 18 anos, sendo assim a análise foi realizada com uma amostra de 80 participantes. Conforme a tabela 11 participaram das análises estatísticas 54 participantes do gênero feminino (67,50%), 25 participantes do gênero masculino (31,25%).

Tabela 11

Distribuição da Amostra por Gênero

Gênero	Freq.	Percent	Cum.
feminino	54	67.5	67.5
masculino	25	31.25	98.75
não binário	1	1.25	100
Total	80	100	

Em relação à etnia, como pode ser observado na tabela 12, cerca de 70% dos participantes se declararam brancos, 20,25% pardos, 6,33% pretos e 2,53% amarelos. No que diz respeito ao estado civil, 45% se declararam solteiros, 43.75% casados, quase mesma quantidade em cada grupo, porém 10% da amostra declarou que eram divorciados podendo estar entre esses grupos.

Tabela 12

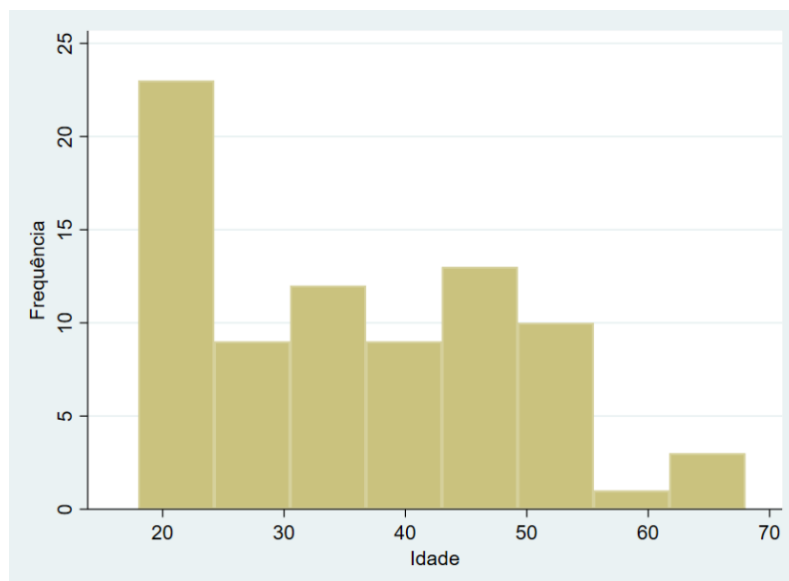
Distribuição da Amostra por etnia

Etnia	Freq.	Percent	Cum.
Amarela	2	2.53	2.53
Branca	56	70.89	73.42
Parda	16	20.25	93.67
Preta	5	6.33	100
Total	79	100	

Os participantes apresentaram uma média de idade de 35,44 anos (desvio padrão de 13,03 anos), com idades variando entre 18 e 68 anos. A figura 2 demonstra que a maior parte da população está concentrada nas faixas etárias mais jovens, especialmente no grupo de 18 a 25 anos, que sozinho compõe quase um terço da amostra total. As faixas de 25 a 55 anos foram alternando a frequência de participantes entre 8 a 13 participantes em um intervalo de 5 anos de idade, enquanto as faixas mais avançadas, a partir de 55 anos, apresentam uma redução progressiva e marcante no número de indivíduos.

Figura 2

Frequência de Participantes por Idade



Quanto a região a maioria dos participantes (92,50%) é proveniente do estado de Santa Catarina. E quanto a escolarização (ver tabela 13) e área de estudos temos um perfil educacional elevada, com uma significativa parcela de indivíduos possuindo pós-graduação (especialização, mestrado ou doutorado) representando 36,25% da amostra, 13,75 com nível superior completo e 15% da amostra com ensino médio completo. As áreas de formações concentram-se em Ciências Exatas e da Terra (32,14%), seguidas por Ciências Humanas (26,79%) e Ciências da Saúde (16,07%).

Tabela 13

Nível de escolaridade dos participantes da pesquisa

Escolaridade	Freq	Percent	Cum
Doutorado	7	8.75	8.75
Especialização	14	17.5	26.25
Mestrado	8	10	36.25
fundamental completo	2	2.5	38.75
fundamental incompleto	2	2.5	41.25
médio completo	12	15	56.25
médio incompleto	3	3.75	60
superior completo	11	13.75	73.75
superior incompleto	21	26.25	100
Total	80	100	

A amostra, embora concentrada em certas faixas etárias e regiões, ainda oferece *insights* importantes sobre o tema, e os achados podem servir como base para estudos mais amplos e representativos. A generalização dos resultados será aprimorada à medida que novos dados forem coletados.

O segundo passo foi agrupar cada item com a sua dimensão e avaliar os indicadores de média, desvio padrão, item-resto e *Alfa* de *Cronbach* para cada uma delas, conforme segue na sequência.

Dimensão 1 - Seleção da Situação

A Tabela 14 que exibe as estatísticas descritivas dos itens produzidos para avaliar Seleção da Situação. A média das respostas dos participantes, após a inversão dos itens reversos, foi de 4,07 (DP=0.49), relativamente próxima à pontuação máxima da escala adotada. Os resultados dos participantes variaram entre 2,54 e 4,83, indicando assim, uma variabilidade moderada nas respostas.

Tabela 14

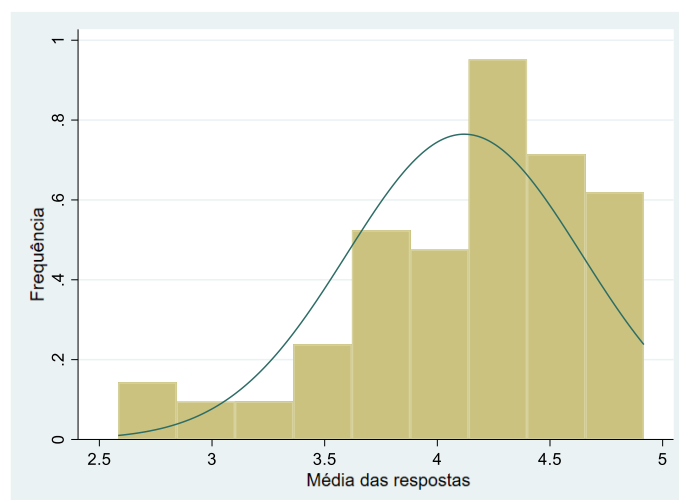
Estatística descritiva dos itens e dos resultados das pessoas para o fator seleção da situação

Variável	Obs	Média	DP	Min	Max	Assimetria	Curtose
SelSit	81	4.07	0.49	2.54	4.83	-0.85	3.40

Para complementar a análise estatística descritiva, um histograma foi utilizado para visualizar a distribuição dos dados e melhor compreender o comportamento das respostas na dimensão seleção da situação. A análise do histograma (Figura 3) revela uma distribuição assimétrica à esquerda para a dimensão seleção da situação. Isso indica uma tendência geral de concordância com as afirmações relacionadas a essa dimensão. Sendo assim, a maioria dos participantes escolheu pontuações mais altas na dimensão, principalmente entre 3,5 e 4,5, com um pico evidente em torno de 4,25.

Figura 3

Distribuição dos resultados na Dimensão Seleção da Situação



Para verificar a confiabilidade da escala, foi calculado o *Alfa* de *Cronbach*. Pode-se avaliar a adequação dos indicadores item-resto e o *Alfa* de *Cronbach* com base nos resultados exibidos na Tabela 15. O *Alfa* de *Cronbach* para a dimensão seleção da situação foi 0,68 para os 13 itens da medida, ele está razoável, mas o indicado seria ao menos 0,70.

Tabela 15

Propriedades psicométricas dos itens de seleção da situação

Item	Obs	Sin	item-test corr.	item-rest corr.	inter item cov.	alpha	Rótulo
inv_Emo1	79	+	0.2	0.02	0.2	0.7	Cancelo o almoço.
inv_Emo6	80	+	0.6	0.46	0.15	0.63	Arranjo uma desculpa e não vou ao casamento.
inv_Emo14	80	+	0.34	0.2	0.18	0.67	Decido deixar o que sobrou para trás e não retorno à minha casa.
inv_Emo16	80	+	0.35	0.23	0.18	0.67	Espero uma distração do professor e vou embora da aula.
Emo21SelSit	80	+	0.31	0.14	0.18	0.68	Deixo-me envolver com as pessoas no trabalho.
inv_Emo26	81	+	0.46	0.26	0.17	0.67	Decido evitar meu amigo para não demonstrar como me sinto
Emo32SelSit	81	+	0.24	0.03	0.2	0.71	Confronto a pessoa buscando parar a situação.
inv_Emo36	81	+	0.68	0.56	0.14	0.61	Fico sem saber como reagir e passo a evitar o meu vizinho
inv_Emo41	78	+	0.44	0.27	0.17	0.66	Desisto de fazer atividade física.
inv_Emo46	76	+	0.62	0.54	0.16	0.64	Não converso muito com as pessoas e tento sair logo da festa.
inv_Emo51	73	+	0.46	0.33	0.17	0.66	Vou embora do encontro.
inv_Emo56	69	+	0.62	0.5	0.15	0.63	Após a apresentação, busco me afastar dos colegas e não quero conversar
inv_Emo65	65	+	0.67	0.56	0.14	0.62	Decido ir embora e deixo meu amigo conversando com a outra pessoa.
Total						0.68	

Ao analisar os itens individualmente, o item 1 e o 32 apresentam as piores correlações item-resto com valor de $r=0,02$ e $r=0,03$ agregado a dimensão, ou seja, esses itens não estão sendo tão relevantes para a medida. Ao buscar analisar os itens para compreender as possíveis problemáticas, uma estatística descritiva foi realizada podendo ser analisada na Tabela 16 e 17, mas não foram encontrados desvio padrão significativo que pudesse ter uma dispersão muito longe da média justificando a baixa relação item-resto.

Tabela 16

Estatística descritiva do item 1

Variável	Obs	Média	DP	Min	Max
Emo1SelSit	93	1.69	1.00	1	5

Os resultados para o item 1 e 32 indicam diferenças na tendência das respostas. Para o item 1, a média foi 1,69, sugerindo pontuações mais baixas, com uma variabilidade moderada (desvio padrão de 1,00). Já para o item 32, a média foi 3,60, refletindo pontuações mais altas e uma maior dispersão das respostas (desvio padrão de 1,31). Ambos os conjuntos de dados cobrem a faixa completa de 1 a 5, mas a média mais alta foi no item 32.

Tabela 17

Estatística descritiva do item 32

Variável	Obs	Média	DP	Min	Max
Emo32SelSit	86	3.60	1.31	1	5

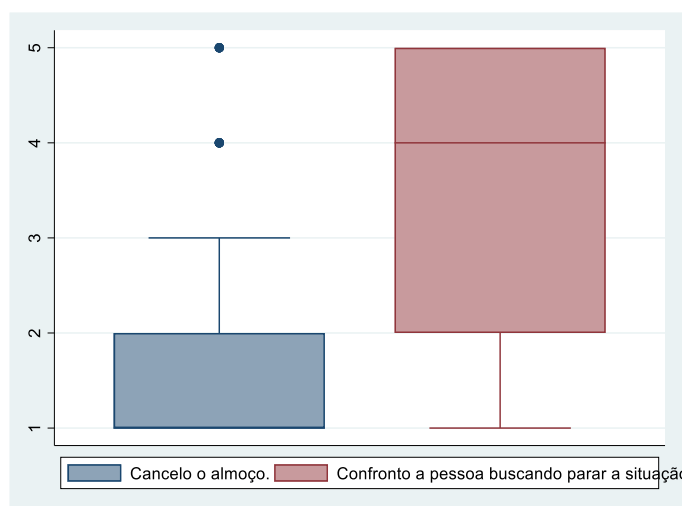
Esses resultados sugerem diferenças nas respostas dos participantes para os dois itens, sendo o item 32, em geral, com pontuações mais altas e maior variabilidade. Isso pode indicar que os participantes se sentem mais identificados ou têm comportamentos mais frequentes em relação ao item 32 em comparação com o item 1. Para complementar esses resultados, foi realizada mais uma análise utilizando um gráfico *Boxplot*, (Figura 4) que permite visualizar a distribuição, variabilidade e presença de valores atípicos em cada item avaliado. Para o item 1 (Cancelo o almoço - caixa azul), a mediana está em torno de 2, o que sugere que a maioria dos

participantes demonstrou uma tendência a escolher uma resposta mais baixa, indicando baixa frequência ou concordância com essa opção. A amplitude interquartil é pequena, mostrando pouca variação entre os quartis, sugerindo que as respostas estão mais concentradas. Há dois *outliers* acima de 4, o que indica que, embora a maioria dos participantes escolha valores mais baixos, alguns optaram por pontuações mais altas.

Para o item 32 (Confronto a pessoa buscando parar a situação - caixa vermelha), a mediana é mais alta, em torno de 3,5, indicando que os participantes tendem a responder mais favoravelmente ou com maior frequência a essa opção. A amplitude interquartil é maior, demonstrando uma maior variabilidade nas respostas. A caixa abrange valores de aproximadamente 1 até 5, cobrindo quase toda a escala, o que indica uma ampla variação nas respostas dos participantes.

Figura 4

Comparação das respostas do item 1 e do item 32



Esses resultados sugerem que "Confronto a pessoa buscando parar a situação" (item 32) é uma opção mais frequentemente escolhida e com maior variação de respostas, enquanto "Cancelo o almoço" (item 1) apresenta uma tendência de respostas mais baixas, com alguns valores atípicos altos.

Com base nas análises realizadas, a exclusão do item 1 é recomendada, pois apresenta uma correlação item-resto de apenas $r=0,02$, indicando sua irrelevância na medida geral. Além disso, a variabilidade das respostas também é moderada, o que indica uma concentração em torno de valores baixos. A retirada desse item resulta em um aumento no *Alfa* de *Cronbach* para $\alpha=0,70$, conforme pode ser observado na Tabela 18 melhorando a consistência interna da escala. Em contraste, o item 32 embora tenha apresentado valores muito baixos demonstrou maior relevância e identificação por parte dos participantes, com uma média de 3,60 e uma variabilidade maior nas respostas, o que justifica a manutenção desse item para uma análise futura.

Tabela 18

Versão otimizada da dimensão seleção da situação

Item	Obs	Sin	item- test corr.	item- rest corr.	inter item cov.	alpha	Rótulo
inv_Emo6Se~t	80	+	0.61	0.46	0.18	0.66	Arranjo uma desculpa e não vou ao casamento.
inv_Emo14S~t	80	+	0.31	0.17	0.22	0.7	Decido deixar o que sobrou para trás e não retorno à minha casa.
inv_Emo16S~t	80	+	0.37	0.25	0.22	0.69	Espero uma distração do professor e vou embora da aula.
Emo21SelSit	80	+	0.31	0.13	0.22	0.71	Deixo-me envolver com as pessoas no trabalho.
inv_Emo26S~t	81	+	0.49	0.29	0.19	0.69	Decido evitar meu amigo para não demonstrar como me sinto
Emo32SelSit	81	+	0.28	0.06	0.23	0.73	Confronto a pessoa buscando parar a situação.
inv_Emo36S~t	81	+	0.7	0.58	0.17	0.64	Fico sem saber como reagir e passo a evitar o meu vizinho
inv_Emo41S~t	78	+	0.43	0.25	0.2	0.69	Desisto de fazer atividade física.
inv_Emo46S~t	76	+	0.61	0.53	0.19	0.66	Não converso muito com as pessoas e tento sair logo da festa.
inv_Emo51S~t	73	+	0.49	0.36	0.2	0.68	Vou embora do encontro.
inv_Emo56S~t	69	+	0.64	0.51	0.18	0.65	Após a apresentação, busco me afastar dos colegas e não quero conversar
inv_Emo65S~t	65	+	0.65	0.52	0.17	0.65	Decido ir embora e deixo meu amigo conversando com a outra pessoa.
Total						0.70	

As análises realizadas na dimensão seleção da situação indicam que a escala apresenta boa consistência interna, especialmente após a retirada do item 1, que impactou no aumento do *Alpha* de *Cronbach* ($\alpha=0,70$). Esse valor atende ao critério estabelecido pela Resolução CFP nº 31/2022, que considera índices de consistência interna iguais ou superiores a 0,60 como

satisfatórios (CFP, 2022). É importante destacar que o Conselho Federal de Psicologia avalia a validade de instrumentos psicológicos com base em múltiplos critérios, incluindo estudos de precisão, revisão por especialista, validade de construto e evidências empíricas, e não apenas o coeficiente Alfa de Cronbach. Contudo, a literatura especializada, como Pasquali (2010), recomenda valores de $\alpha = 0,70$ ou superiores para uma boa consistência interna. E embora o item 32 tenha apresentado um desempenho baixo, sua permanência é justificada pelo seu potencial de contribuir para a diversidade da medida. Os resultados indicam que a dimensão, em sua forma revisada, está mais alinhada com o construto que se pretende avaliar.

Dimensão 2 – Modificação da situação

Com base na Tabela 19, é possível verificar as estatísticas descritivas dos resultados desenvolvidos para mensurar modificação da situação. O desvio padrão foi de 0,49, enquanto os resultados dos participantes variaram entre 1,83 e 4,42, com uma média de 3,32. Esses resultados indicam uma variação específica nas percepções dos participantes em relação ao fator avaliado, evidenciando que, embora haja um ponto central de concordância, existem diferentes níveis de experiência ou entendimento sobre o tema. O desvio padrão indica que as respostas estão relativamente próximas da média.

Tabela 19

Estatística descritiva da dimensão modificação da situação

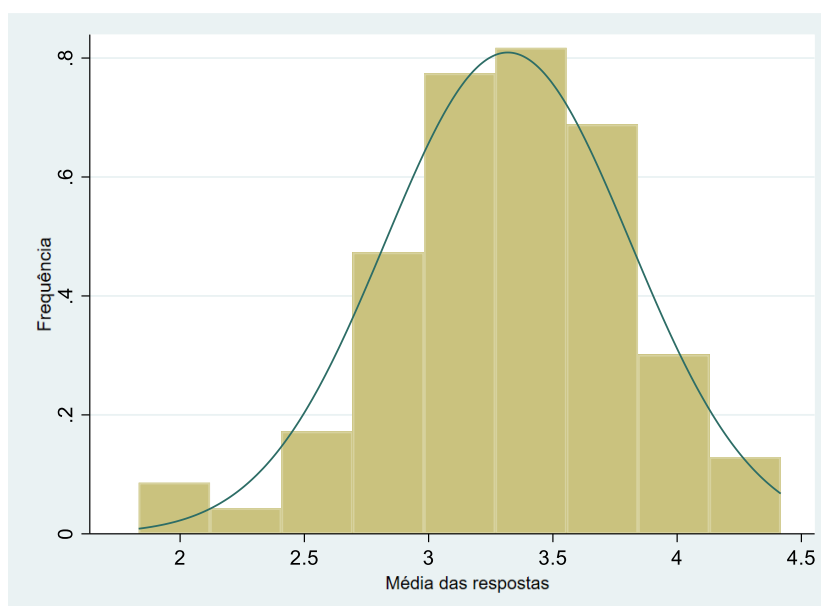
Variável	Obs	Média	DP	Min	Max	Assimetria	Curtose
ModSit	81	3.32	0.49	1.83	4.42	-0.46	3.62

Analisando mais detalhadamente a dimensão modificação da situação, é possível verificar uma distribuição próxima à normal por meio do histograma da Figura 5, com uma leve assimetria positiva. A maior concentração de dados é observada entre os valores 3 e 3,5, indicando que a maioria dos participantes tende a concordar moderadamente com os itens

relacionados à modificação da situação. A suavidade da curva de densidade indica que a variabilidade entre as respostas não é excessiva, refletindo uma consistência nas percepções dos participantes. A aproximação da distribuição empírica para a dimensão com a da curva normal foi estimada quantitativamente por meio da Skewness (-0,46) e Curtose (3,62). Embora haja uma leve assimetria, a ausência de picos extremos sugere que não há respostas extremamente divergentes.

Figura 5

Distribuição das Médias dos Itens na Dimensão Modificação da Situação



Os resultados apresentados na Tabela 20 permitem a verificação dos indicadores item-resto e do *Alfa* de *Cronbach*. A dimensão modificação da situação apresentou um *Alfa* de *Cronbach* de $\alpha = 0,62$ para os 13 itens, esse valor está no limite considerado satisfatório pela Resolução do CFP nº 31/2022. No entanto, esse índice sugere que, embora haja evidências de correlação entre os itens, existem itens com desempenhos diferentes que podem estar impactando a confiabilidade da escala. Recomenda-se revisar os itens para verificar possíveis ajustes que aumentem a consistência interna. Além disso, é importante considerar a análise dos indicadores item-resto para identificar quais itens apresentam menor correlação com o total da

escala. A exclusão ou reformulação desses itens pode contribuir para o aumento do Alfa de Cronbach, melhorando a precisão da medida e garantindo maior confiabilidade nos resultados.

Tabela 20

Propriedades psicométricas dos itens de modificação da situação

Item	Obs	Sin	item- test corr.	item- rest corr.	inter item cov.	alpha	Rótulo
Emo2ModSit	80	+	0.45	0.26	0.13	0.6	Preparo novamente a comida.
Emo11ModSit	80	+	0.44	0.25	0.13	0.6	Converso com alguém sobre o que estou sentindo para obter apoio e assim consegui
Emo22ModSit	81	+	0.47	0.34	0.13	0.58	Procuro as pessoas para entender melhor o funcionamento do novo trabalho.
Emo33ModSit	81	+	0.41	0.21	0.14	0.61	Ligo para uma instituição de apoio aos animais, fazendo denúncia e perguntando
Emo42ModSit	78	+	0.53	0.37	0.12	0.57	Marco outro dia para retomar meu plano para fazer atividade física.
Emo52ModSit	73	+	0.61	0.49	0.12	0.56	Vou ao banheiro e tento limpar a roupa.
Emo61ModSit	65	+	0.35	0.15	0.14	0.61	Tento entrar na conversa buscando ser incluído.
Emo7ModSit	80	-	0.27	0.21	0.15	0.61	Falo para o amigo que deve escolher entre mim e a pessoa que não gosto.
Emo17ModSit	80	+	0.46	0.34	0.13	0.58	Explico o que aconteceu para o professor e tento resolver na hora para entregar
Emo27ModSit	81	+	0.4	0.2	0.14	0.61	Busco soluções que não envolvam a ajuda de outras pessoas.
Emo39ModSit	81	+	0.42	0.23	0.14	0.6	Aproveito para conversar com ele e assim melhorar a relação e ter uma convivência
Emo47ModSit	76	+	0.28	0.06	0.15	0.64	Ligo para as pessoas que não vieram e as convido a vir.
Emo57ModSit	67	+	0.56	0.43	0.13	0.58	Busco conversar com meus colegas para compreender o que eles acharam da apresen
Total						0.62	

Após a análise individual dos itens, o item 47 se destacou por apresentar um item-resto menor, com um valor de $r=0,06$ em relação à dimensão. Isso sugere que o item não está contribuindo de forma significativa para a medida. Para investigar as possíveis causas dessa baixa, foi realizada uma análise descritiva do item. No entanto, o desvio padrão encontrado não indicou uma dispersão específica em relação à média, o que não explica, por si só, a baixa exibição item-resto, como demonstrado:

Tabela 21

Estatística descritiva do item 47

Variável	Obs	Média	DP	Min	Max
Emo47ModSit	78	2.40	1.36	1	5

Após a remoção do item 47, o coeficiente Alfa de Cronbach aumentou para $\alpha = 0,64$, conforme evidenciado na Tabela 22, indicando uma leve melhoria na consistência interna da dimensão. Esse valor está de acordo com os critérios estabelecidos pelo CFP (2022).

Tabela 22

Versão otimizada da dimensão modificação da situação

Item	Obs	Sin	item- test corr.	item- rest corr.	inter item cov.	alpha	Rótulo
Emo2ModSit	80	+	0.47	0.27	0.15	0.62	Preparo novamente a comida.
Emo11ModSit	80	+	0.47	0.28	0.15	0.62	Converso com alguém sobre o que estou sentindo para obter apoio e assim consegui
Emo22ModSit	81	+	0.47	0.34	0.15	0.61	Procuro as pessoas para entender melhor o funcionamento do novo trabalho.
Emo33ModSit	81	+	0.41	0.20	0.16	0.64	Ligo para uma instituição de apoio aos animais, fazendo denúncia e perguntando
Emo42ModSit	78	+	0.50	0.33	0.14	0.61	Marco outro dia para retomar meu plano para fazer atividade física.
Emo52ModSit	73	+	0.64	0.51	0.13	0.58	Vou ao banheiro e tento limpar a roupa.
Emo61ModSit	65	+	0.36	0.15	0.16	0.64	Tento entrar na conversa buscando ser incluído.
Emo7ModSit	80	-	0.34	0.28	0.17	0.63	Falo para o amigo que deve escolher entre mim e a pessoa que não gosto.
Emo17ModSit	80	+	0.50	0.37	0.15	0.60	Explico o que aconteceu para o professor e tento resolver na hora para entregar
Emo27ModSit	81	+	0.40	0.18	0.16	0.64	Busco soluções que não envolvam a ajuda de outras pessoas.
Emo39ModSit	81	+	0.43	0.23	0.15	0.63	Aproveito para conversar com ele e assim melhorar a relação e ter uma convivência
Emo57ModSit	67	+	0.54	0.40	0.15	0.60	Busco conversar com meus colegas para compreender o que eles acharam da apresen
Total						0.64	

Por fim, é importante considerar a possibilidade de que a heterogeneidade da amostra ou problemas na formulação dos itens contribuam para essa baixa confiabilidade, com uma amostra maior futuramente pode-se compreender melhor esses resultados.

Dimensão 3 – Mudança cognitiva

A variável mudança cognitiva apresenta uma média de 3,13 com desvio padrão de 0,59, indicando uma variação moderada nas respostas. Os valores variam entre 1,33 e 4,15, revelando uma amplitude moderada de respostas. A dispersão dos dados ao redor da média não apresentou valores extremos. O resultado pode indicar que a dimensão estudada é desenvolvida

de maneira relativamente abrangente pelo grupo. A Tabela 23 apresenta as estatísticas descritivas para o resultado de mudança cognitiva.

Tabela 23

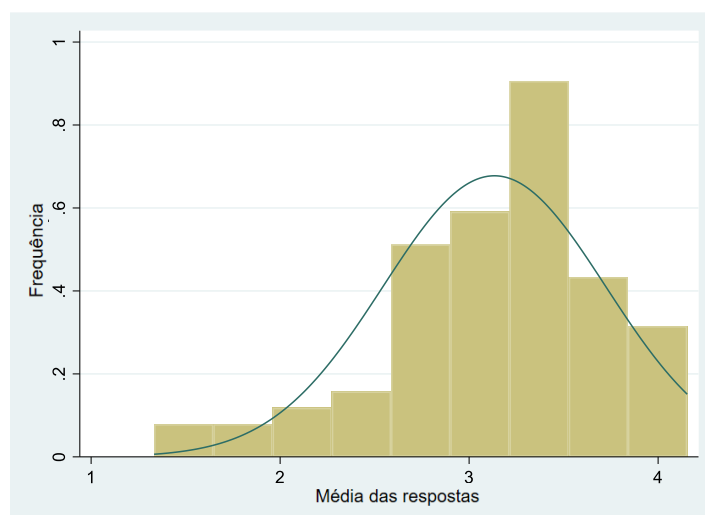
Estatística descritiva da dimensão mudança cognitiva

Variável	Obs	Média	DP	Min	Max	Assimetria	Curtose
MudCog	81	3.13	0.59	1.33	4.15	-0,72	3.47

Analisando mais detalhadamente a dimensão mudança cognitiva, verifica-se no histograma (figura 6) da dimensão mudança cognitiva apresenta uma distribuição levemente assimétrica à direita, com uma concentração maior de dados entre os valores 3 e 4. A curva de densidade sobreposta ao histograma sugere que a distribuição dos dados se aproxima de uma distribuição normal, com uma leve assimetria positiva. A presença de uma cauda mais alongada à direita indica que há alguns participantes que apresentaram valores mais altos na dimensão de mudança cognitiva. Essa assimetria pode sugerir que, em geral, os participantes tendem a concordar com os itens relacionados à mudança cognitiva, mas com uma variabilidade individual significativa, com alguns participantes demonstrando uma maior abertura à mudança do que outros.

Figura 6

Distribuição das Médias dos Itens na Dimensão Mudança Cognitiva



Na Tabela 24 é possível verificar um coeficiente *Alfa* de *Cronbach* de $\alpha=0,77$ na dimensão mudança cognitiva indicando uma boa consistência interna, demonstrando que os itens dessa dimensão são razoavelmente correlacionados entre si e medem de forma consistente a construção proposta. Em geral, valores de Alfa acima $\alpha=0,60$ são considerados satisfatórios para validação de teste psicológico o que significa que a escala tem uma boa confiabilidade interna (CFP, 2022; Pasquali, 2010). No entanto, ainda há espaço para melhorias, como uma revisão de itens que possam estar contribuindo menos para a consistência geral. Um *Alfa* de $\alpha=0,77$ sugere que os participantes apresentam um padrão de respostas relativamente coerente aos itens, o que se reflete na correlação entre eles, mas alguns ajustes nos itens poderiam aumentar ainda mais essa confiabilidade e buscar uma medida mais confiável.

Tabela 24

Propriedades psicométricas dos itens de mudança cognitiva

Item	Obs	Sin	item- test corr.	item- rest corr.	inter item cov.	alpha	Rótulo
Emo3MudCog	80	-	0.19	0.00	0.31	0.80	Assumo que não sou muito bom/ boa para cozinhar.
Emo12MudCog	81	+	0.65	0.53	0.24	0.73	Penso que são coisas que acontecem na vida, não há o que se fazer.
Emo24MudCog	79	+	0.47	0.36	0.27	0.75	Sinto confiança de que irei me adaptar bem ao meu novo trabalho.
Emo34MudCog	81	+	0.39	0.25	0.27	0.76	Penso que sou capaz de ajudar e busco maneiras para solucionar a situação.
Emo44MudCog	78	+	0.72	0.63	0.23	0.72	Sinto-me confiante para retomar meu plano para fazer atividade física em outra
Emo54MudCog	72	+	0.58	0.46	0.26	0.75	Aceito que não posso mudar a situação e continuo o encontro sem dar atenção ao
Emo63MudCog	65	+	0.57	0.46	0.25	0.74	Logo penso que meu amigo quis ser gentil com o outro e me sinto confortável, po
Emo10MudCog	80	+	0.53	0.42	0.27	0.75	Penso que o importante é estarmos presentes no casamento do amigo já que pode s
Emo19MudCog	81	+	0.62	0.51	0.25	0.74	Sei que sou capaz de resolver o problema e me concentro em como fazer.
Emo29MudCog	81	+	0.45	0.31	0.27	0.76	Penso que o amigo pode estar ocupado, por isso não estava disponível no momento
Emo40MudCog	80	+	0.64	0.54	0.25	0.74	Penso que meu vizinho está buscando ser melhor e busco ver outras qualidades de
Emo49MudCog	74	+	0.47	0.32	0.26	0.76	Penso que poderei encontrar essas pessoas que não foram convidadas em outro mom
Emo59MudCog	68	+	0.48	0.37	0.27	0.75	Penso que talvez não seja por causa da minha apresentação que eles estejam assi
Total						0.77	

O item 3 não está apresentando nenhuma contribuição a dimensão mudança cognitiva com valor de $r=0,00$, conforme pode ser observado na Tabela 24, indicando que sua correlação com os demais itens dessa dimensão é baixa ou inexistente. Isso pode ser verificado pela baixa

correlação item-resto, o que sugere que o item não está medindo a correlação que os outros itens da escala. Em outras palavras, ele não está alinhado com o que os demais itens pretendem capturar, o que pode ser prejudicial para confiabilidade da medida. Ao analisar a estatística descritiva do item 3 conforme demonstração na Tabela 25, o desvio padrão não revelou uma dispersão significativa em relação à média.

Tabela 25

Estatística descritiva do item 3

Variável	Obs	Média	DP	Min	Max
Emo3MudCog	96	2.64	1.37	1.00	5.00

Sendo assim, uma nova análise foi realizada com a retirada do item 3 e o *Alfa* de *Cronbach* foi para $\alpha=0,80$. Diante da identificação de que o item 3 não contribui para a dimensão de mudança cognitiva, essa alteração visa avaliar o impacto na consistência interna da medida e, conseqüentemente, na confiabilidade da dimensão, os resultados podem ser acompanhados na tabela 26:

Tabela 26

Versão otimizada da dimensão mudança cognitiva

Item	Obs	Sign	item-test corr.	item-rest corr.	inter item cov.	alpha	Label
Emo12MudCog	81	+	0.65	0.54	0.29	0.77	Assumo que não sou muito bom/ boa para cozinhar.
Emo24MudCog	79	+	0.51	0.40	0.32	0.79	Penso que são coisas que acontecem na vida, não há o que se fazer.
Emo34MudCog	81	+	0.43	0.29	0.33	0.80	Sinto confiança de que irei me adaptar bem ao meu novo trabalho.
Emo44MudCog	78	+	0.69	0.58	0.28	0.77	Penso que sou capaz de ajudar e busco maneiras para solucionar a situação.
Emo54MudCog	72	+	0.57	0.43	0.31	0.79	Sinto-me confiante para retomar meu plano para fazer atividade física em outra
Emo63MudCog	65	+	0.57	0.45	0.31	0.78	Aceito que não posso mudar a situação e continuo o encontro sem dar atenção ao
Emo10MudCog	80	+	0.53	0.42	0.32	0.78	Logo penso que meu amigo quis ser gentil com o outro e me sinto confortável, po
Emo19MudCog	81	+	0.62	0.51	0.30	0.77	Penso que o importante é estarmos presentes no casamento do amigo já que pode s
Emo29MudCog	81	+	0.49	0.35	0.32	0.79	Sei que sou capaz de resolver o problema e me concentro em como fazer.
Emo40MudCog	80	+	0.67	0.57	0.29	0.77	Penso que o amigo pode estar ocupado, por isso não estava disponível no momento
Emo49MudCog	74	+	0.52	0.37	0.31	0.79	Penso que meu vizinho está buscando ser melhor e busco ver outras qualidades de
Emo59MudCog	68	+	0.47	0.36	0.32	0.79	Penso que poderei encontrar essas pessoas que não foram convidadas em outro mom
Total						0.80	

Esse resultado sugere que a eliminação do item envolveu uma maior homogeneidade entre os itens restantes, refletindo melhor a construção da mudança cognitiva. A elevação do *Alpha* reforça que todos os itens restantes estão mais alinhados em medir a mesma dimensão. Essa mudança não apenas melhorou a confiabilidade da escala, mas também ofereceu uma melhor base para análises futuras e possíveis interpretações.

Dimensão 4 – Implantação atenciosa

Os resultados conforme registrado na Tabela 27 da variável implantação atenciosa revelam uma média de 2,99, O desvio padrão de 0,59 indicando uma variação significativa nas respostas. Com um valor mínimo observado de 1,38 um máximo de 4,46.

Tabela 27

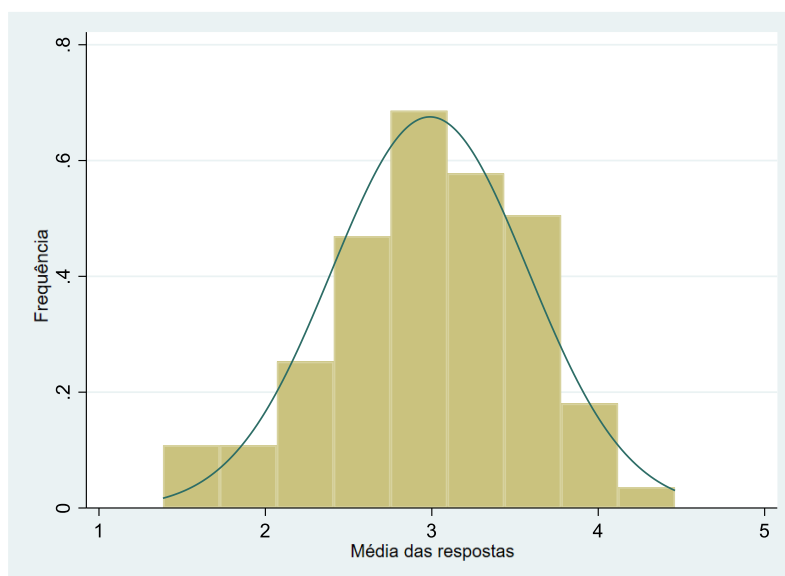
Estatística descritiva da dimensão implantação atenciosa

Variável	Obs	Média	DP	Min	Max	Assimetria	Curtose
ImpAte	81	2.99	0.59	1.38	4.46	-0.35	3.06

O histograma (Figura 7) da dimensão implantação atenciosa mostra uma distribuição aproximadamente simétrica, com a maior concentração de respostas em torno de 3. Isso sugere que a maioria dos participantes apresentou uma percepção moderada em relação à implantação atenciosa, sem uma predominância de valores extremos. A curva de densidade suave reflete uma variabilidade relativamente uniforme nas respostas, indicando consistência entre os participantes. Embora haja uma leve inclinação para a esquerda, o padrão geral sugere que os dados estão bem centralizados em torno da média, sem indícios de assimetria significativa ou presença de outliers marcantes. Esse resultado sugere uma percepção comum dos participantes sobre a dimensão, apontando para uma concordância geral com o tema avaliado.

Figura 7

Distribuição das Médias dos Itens na Dimensão Implantação Atenciosa



Com base na Tabela 28, o coeficiente *Alfa* de *Cronbach* de $\alpha=0,72$ para a dimensão implantação atenciosa indica uma consistência interna aceitável, apontando que os itens dessa dimensão estão, em sua maioria, alinhados e medindo a mesma construção. Valores de *Alfa* entre $\alpha=0,70$ e $\alpha=0,80$ são frequentemente considerados adequados nas ciências sociais conforme indica Pasquali (2010), o que significa que a escala é confiável para capturar a dimensão implantação atenciosa. Contudo, esse valor também sinaliza que há espaço para melhorias, como uma revisão de itens que podem estar contribuindo menos. Além disso, uma análise aprofundada dos itens individuais dessa dimensão pode revelar quais aspectos específicos da implantação atenciosa estão mais alinhados e quais podem estar menos alinhados. Identificar e modificar itens que apresentam baixa visibilidade com os demais pode aumentar a confiabilidade da escala e fornecer uma medida mais robusta do construto. A melhoria da consistência interna não só fortalecerá a confiabilidade da escala, mas também permitirá uma interpretação mais precisa dos resultados e suas implicações.

Ao analisar os itens individualmente, não foram identificados itens com visibilidade suficientemente baixa que justificasse sua exclusão da dimensão implantação atenciosa. Essa constatação sugere que todos os itens estão contribuindo para a mensuração do construto.

Tabela 28

Propriedades psicométricas dos itens de implantação atenciosa

Item	Obs	Sin	item- test corr.	item- rest corr.	inter item cov.	Alfa	Rótulo
Emo5ImpAte	79	+	0.40	0.26	0.26	0.73	Paro de pensar no que aconteceu e foco no que estou fazendo agora.
inv_Emo13	79	+	0.55	0.42	0.23	0.70	Fico muito tempo me sentindo triste e não paro de pensar
inv_Emo23	80	+	0.49	0.35	0.25	0.71	Fico pensando constantemente em como as pessoas foram le
inv_Emo31	80	+	0.32	0.16	0.27	0.73	Sigo meu trajeto buscando me distrair.
Emo43ImpAte	78	+	0.29	0.14	0.28	0.74	Busco focar no momento atual, observando meus pensamentos e sentimentos.
inv_Emo53	73	+	0.63	0.51	0.23	0.69	Não consigo parar de pensar no papel de ridículo que fiz
inv_Emo62	65	+	0.35	0.19	0.26	0.72	Vou até uma loja qualquer buscando me distrair enquanto
Emo8ImpAte	80	-	0.70	0.60	0.21	0.68	Penso sem parar em como será ruim ir a esse casamento.
inv_Emo18	79	+	0.64	0.54	0.23	0.69	Demoro para conseguir pensar em alguma forma de resolver
inv_Emo28	81	+	0.41	0.23	0.26	0.73	Me envolvo em outras atividades para esquecer a mágoa com
inv_Emo37	81	+	0.52	0.40	0.25	0.71	Fico pensando constantemente no acontecimento positivo.
Emo48ImpAte	76	+	0.28	0.16	0.28	0.73	Busco aproveitar cada momento da festa com meus amigos e familiares prestando
inv_Emo58	69	+	0.65	0.54	0.22	0.69	Após a apresentação, procuro tarefas para me distrair e
Total						0.73	

Dessa forma, decidiu-se manter todos os itens da dimensão para pesquisas futuras, visando preservar a integridade da escala e investigar uma avaliação abrangente da distribuição de maneira cuidadosa. Além disso, a manutenção de todos os itens permitirá uma análise mais robusta e a possibilidade de capturar nuances importantes relacionadas ao tema, fornecendo uma base sólida para futuras investigações.

Dimensão 5 – Modulação da resposta

Os resultados apresentados para a variável modulação da resposta, conforme evidenciado na Tabela 29, indicam uma média de 1,99, isso sugere que, em geral, os participantes demonstram utilizar pouco essa estratégia de RE, a modulação da resposta. Com um valor mínimo de 1,15 e um máximo de 3,38, há uma variação moderada entre os entrevistados, o que reflete níveis diferentes de modulação. No entanto, o desvio padrão de 0,47 indica uma dispersão relativamente pequena em torno da média, indicando que a maioria dos participantes teve percepções ou comportamentos semelhantes em relação à modulação da resposta. Esses dados revelam uma certa homogeneidade no grupo, o que pode ser útil para entender como a modulação é influenciada por variações externas ou contextuais.

Tabela 29

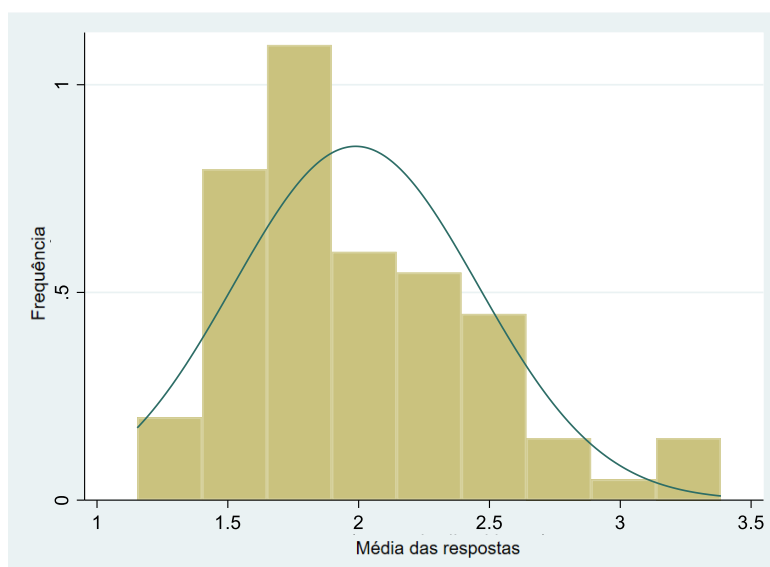
Estatística descritiva da dimensão modulação da resposta

Variável	Obs	Média	DP	Min	Max	Assimetria	Curtose
ModRes	81	1.99	0.47	1.15	3.38	0.92	3.53

O histograma apresentado na Figura 8 exibe a distribuição da dimensão Modulação da Resposta. Observa-se que a distribuição é assimétrica à direita, com a maioria dos participantes concentrados na faixa entre 1,5 e 2,5 na escala de média dos itens. A maior densidade está em torno de 1,7, indicando que muitos dos respondentes tendem a utilizar estratégias de modulação de resposta de forma moderada. A curva de densidade sobreposta sugere uma leve tendência normal, embora o desvio à direita indique que há uma quantidade menor de indivíduos que apresentam médias mais altas na modulação de resposta, possivelmente refletindo estratégias mais intensas ou frequentes.

Figura 8

Distribuição dos resultados na Dimensão Modulação da Resposta



A Tabela 30 apresenta um coeficiente *Alfa* de *Cronbach* de $\alpha=0,58$ para a variável modulação da resposta com uma escala composta por 13 itens. Esse valor indica uma consistência interna abaixo do ideal, conforme Resolução do CFP nº 31/2022 (CFP, 2022), indicando desta forma, que os itens da escala podem não estar suficientemente correlacionados entre si para uma medição confiável da dimensão avaliada. Em termos gerais, um *Alfa* de *Cronbach* abaixo de $\alpha=0,70$ é considerado fraco para a maioria dos estudos em ciências sociais (Pasquali, 2010), o que implica que essa escala pode não estar medindo o conceito de forma coesa. Isso pode ser um sinal de que os itens são heterogêneos ou que há problemas na formulação ou estruturação dos itens, como ambiguidade por exemplo.

Diante desse resultado, é importante revisar a escala e considerar as configurações. Uma possibilidade seria remover itens com correlações item-resto particularmente baixas, o que poderia melhorar o coeficiente *Alfa* e, conseqüentemente, a consistência interna. Outra alternativa seria reformular os itens para que fiquem mais alinhados ao construto que se pretende medir. Por fim, é fundamental refletir sobre a adequação do *Alfa* de *Cronbach* como a única medida de confiabilidade, já que a natureza dos itens ou a variabilidade nas respostas também pode influenciar esse coeficiente.

Tabela 30*Propriedades psicométricas dos itens de modulação da resposta*

Item	Obs	Sin	item- test corr.	item- rest corr.	inter item cov.	alpha	Rótulo
Emo4ModRes	80	+	0.23	0.09	0.14	0.58	Cancelo e fico em casa tomando algo para aliviar o estresse.
Emo15ModRes	79	+	0.53	0.35	0.11	0.54	Tento mostrar para as outras pessoas que estou bem e forte.
Emo25ModRes	80	+	0.32	0.10	0.14	0.60	Compartilho com as pessoas no meu trabalho sobre como me sinto em relação a rec
Emo35ModRes	81	+	0.44	0.24	0.13	0.57	Busco contar sobre o que acabei de ver para alguém.
Emo45ModRes	78	+	0.46	0.25	0.12	0.56	Para me sentir melhor procuro algo gostoso para comer.
Emo55ModRes	73	+	0.33	0.23	0.14	0.57	Fico muito chateado (a) e começo a tratar grosseiramente tanto o garçom quanto a
Emo64ModRes	64	+	0.23	0.07	0.14	0.59	Fico bravo (a) e reclamo abertamente com meu amigo.
Emo9ModRes	80	-	0.11	-0.01	0.15	0.60	Vou ao casamento e tento provocar e constranger a pessoa que não gosto.
Emo20ModRes	80	-	0.10	-0.01	0.15	0.60	Penso que algum dos meus colegas quis me prejudicar e começo a tratá-los de form
Emo30ModRes	80	+	0.54	0.35	0.11	0.53	Tento esconder o que estou sentindo pelo amigo buscando agir como se nada tives
Emo38ModRes	80	+	0.49	0.31	0.12	0.55	Busco uma pessoa de confiança para contar como me senti com o ocorrido.
Emo50ModRes	76	+	0.62	0.42	0.10	0.51	Tento esconder minha frustração com o fato das outras pessoas não estarem prese
Emo60ModRes	68	+	0.59	0.43	0.11	0.52	tento não mostrar para os outros que fiquei chateado.
Total						0.58	

Ao analisar os itens individualmente percebe-se que os itens 9 e 20 apresentam uma correlação item-resto negativa muito próxima de zero ($r=-0,01$), isso indica que os itens podem estar desalinhados com os outros ou mal formulados, e em vez de reforçarem a coerência interna do instrumento, podem estar introduzindo erro. Isso indica uma possível necessidade de revisão ou exclusão para melhorar a qualidade do instrumento. Entretanto, ao estudar a redação é esperado que estes pudessem apresentar pouca variabilidade nas respostas, dado que seu conteúdo reflete um aspecto do construto que, em geral, é amplamente compartilhado ou facilmente compreendido pelos respondentes. Itens com baixa variabilidade são comuns quando abordam comportamentos ou percepções que tendem a ser homogêneos ou que representem conceitos básicos e centrais igualmente compartilhados entre os participantes, por exemplo, no item 9 em que uma pessoa vai ao casamento e tenta constranger a pessoa que não gosta, era possível que a maioria das pessoas não tivesse esse comportamento, esse resultado

sugere uma convergência de percepções entre os participantes. Na Tabela 31, foi retirado os itens 9 e 20 para testar se os itens se relacionariam melhor entre si:

Tabela 31:

Modelo 2 da dimensão modulação da resposta

Item	Obs	Sin	item- test corr.	item- rest corr.	inter item cov.	alpha	Rótulo
Emo4ModRes	80	+	0.30	0.16	0.21	0.61	Cancelo e fico em casa tomando algo para aliviar o estresse.
Emo15ModRes	79	+	0.54	0.35	0.17	0.57	Tento mostrar para as outras pessoas que estou bem e forte.
Emo25ModRes	80	+	0.32	0.08	0.21	0.63	Compartilho com as pessoas no meu trabalho sobre como me sinto em relação a rec
Emo35ModRes	81	+	0.39	0.18	0.20	0.61	Busco contar sobre o que acabei de ver para alguém.
Emo45ModRes	78	+	0.49	0.27	0.18	0.59	Para me sentir melhor procuro algo gostoso para comer.
Emo55ModRes	73	+	0.35	0.25	0.21	0.60	Fico muito chateado (a) e começo a tratar grosseiramente tanto o garçom quanto a
Emo64ModRes	64	+	0.25	0.10	0.21	0.62	Fico bravo (a) e reclamo abertamente com meu amigo.
Emo30ModRes	80	+	0.53	0.34	0.17	0.57	Vou ao casamento e tento provocar e constranger a pessoa que não gosto.
Emo38ModRes	80	+	0.50	0.31	0.18	0.58	Penso que algum dos meus colegas quis me prejudicar e começo a tratá-los de form
Emo50ModRes	76	+	0.63	0.43	0.15	0.55	Tento esconder o que estou sentindo pelo amigo buscando agir como se nada tives
Emo60ModRes	68	+	0.58	0.41	0.17	0.56	Busco uma pessoa de confiança para contar como me senti com o ocorrido.
Total						0.61	

O *Alfa de Cronbach* aumentou para $\alpha=0,61$, atingindo um valor mínimo considerado adequado segundo estipulado pelo CFP (2022). No entanto, o item 25 e 64 continuam com um desempenho baixo nas correlações item-resto, respectivamente de $r=0,08$ e $r=0,10$. Para esses itens, esperava-se maior variabilidade nas respostas, o que não foi percebido. Um estudo futuro com uma amostra maior seria relevante para explorar esses resultados com mais profundidade. Ao realizar um novo teste excluindo os itens 25 e 64, o *Alfa de Cronbach* aumentou para $\alpha=0,65$, conforme demonstrado na tabela 32, destacando uma melhoria na consistência interna da medida.

Tabela 32

Modelo 3 da dimensão modulação da resposta

Item	Obs	Sin	item- test corr.	item- rest corr.	inter item cov.	alpha	Rótulo
Emo4ModRes	80	+	0.31	0.16	0.30	0.65	Cancelo e fico em casa tomando algo para aliviar o estresse.
Emo15ModRes	79	+	0.54	0.33	0.25	0.62	Tento mostrar para as outras pessoas que estou bem e forte.
Emo35ModRes	81	+	0.38	0.16	0.29	0.66	Busco contar sobre o que acabei de ver para alguém.
Emo45ModRes	78	+	0.52	0.30	0.25	0.63	Para me sentir melhor procuro algo gostoso para comer.
Emo55ModRes	73	+	0.32	0.21	0.30	0.65	Fico muito chateado (a) e começo a tratar grosseiramente tanto o garçom quanto a
Emo30ModRes	80	+	0.64	0.45	0.22	0.58	Tento esconder o que estou sentindo pelo amigo buscando agir como se nada tives
Emo38ModRes	80	+	0.50	0.29	0.26	0.63	Busco uma pessoa de confiança para contar como me senti com o ocorrido.
Emo50ModRes	76	+	0.71	0.52	0.19	0.56	Tento esconder minha frustração com o fato das outras pessoas não estarem prese
Emo60ModRes	68	+	0.61	0.44	0.23	0.60	tento não mostrar para os outros que fiquei chateado.
Total						0.65	

Não se pretende aqui optar pela retirada dos itens, mas sim explorar os resultados em diferentes contextos para buscar uma compreensão mais aprofundada das relações entre os dados. Essa abordagem permite identificar possíveis nuances e fatores que possam influenciar as respostas dos participantes. Além disso, esta análise contextualizada contribuirá para embasar a tomada de decisões mais informada, fornecendo *insights* valiosos que podem orientar futuras orientações ou ajustes na escala.

Tabela 33

Síntese dos Resultados das dimensões de RE após a otimização

Seleção da situação	Modificação da situação	Implantação atenciosa	Mudança cognitiva	Modulação da resposta
Inicial: $\alpha = 0,68$	Inicial: $\alpha = 0,62$	Inicial: $\alpha = 0,73$	Inicial: $\alpha = 0,77$	Inicial: $\alpha = 0,58$
Remoção do item 1 $\alpha = 0,70$	Remoção do item 47 $\alpha = 0,64$	Sem remoção de item $\alpha = 0,73$	Remoção do item 3 $\alpha = 0,80$	Remoção dos itens 9 e 20 $\alpha = 0,61$
Melhoria na consistência interna	Melhoria na consistência interna	Boa consistência interna	Melhoria na consistência interna	Melhoria na consistência interna

2.4 Discussão

A análise das dimensões avaliadas oferece *insights* detalhados sobre a confiabilidade e a adequação dos itens que compõem cada escala deste estudo. Inicialmente, a Dimensão 1, que aborda a seleção da situação, apresentava um coeficiente *Alfa* de $\alpha=0,68$, indicando uma consistência interna bem próxima do adequado ($\alpha=0,70$), mas que poderia ser melhorada. A remoção do item 32 resultou em um aumento do *Alfa* para $\alpha=0,70$, indicando que certos itens poderiam estar interferindo na homogeneidade da resposta.

Por outro lado, a Dimensão 2, focada na modificação da situação, apresentou uma *Alfa* de $\alpha=0,62$, evidenciando uma fragilidade na consistência interna. Embora a exclusão do item 47 tenha gerado um nível de melhoria, ainda assim ficou em $\alpha=0,64$, esses estudos iniciais demonstram a importância de uma reavaliação com uma amostra maior. A identificação de itens com falhas de medição é uma etapa fundamental para aprimorar a eficácia de uma escala, buscando que ela reflita de maneira precisa a construção teórica. Além dos aspectos já envolvidos, é importante considerar o impacto que uma revisão da escala pode ter sobre a interpretação dos resultados da pesquisa.

As dimensões que apresentam maior confiabilidade, como a mudança cognitiva, com um coeficiente *Alfa* de $\alpha=0,77$, e a implantação atenciosa, com $\alpha=0,73$, são essenciais para a robustez do instrumento. No entanto, é fundamental analisar cada item individualmente para avaliar a qualidade geral. Por exemplo, apesar da dimensão mudança cognitiva já apresentar um *Alfa* satisfatório, o item 3 estava apresentando mais erro do que correlação com a variável, com a sua retirada a dimensão foi $\alpha=0,80$, melhorando a consistência interna.

A dimensão 2 e a dimensão 5, revelaram fragilidades, a baixa consistência interna ($\alpha=0,62$ e $\alpha=0,58$) podem indicar que os participantes não interpretaram os itens da mesma forma ou que as perguntas não refletem especificamente a construção da questão, podendo não estar alinhadas com as experiências vividas por eles. Na dimensão 5, quatro itens foram

retirados para avaliar como a dimensão se correlacionaria com os itens restantes, uma possibilidade futura seria reescrever os itens para uma nova reavaliação.

Os resultados da análise das escalas evidenciam a importância de uma abordagem metódica na construção e validação de instrumentos de medição. As dimensões com boa consistência interna demonstram que há potencial para que a pesquisa contribua significativamente para o entendimento das características investigadas. As dimensões que demonstraram baixa consistência interna ainda mais precisam ser foco dos estudos posteriores. A utilização de métodos mistos, integrando tanto abordagens quantitativas quanto qualitativas, pode enriquecer a análise e fornecer uma compreensão mais profunda dos construtos. Esse processo não apenas refina o instrumento, mas também fortalece a base teórica que sustenta a pesquisa. Diante disso, está prevista uma coleta ampliada para a realização da análise fatorial e, a partir dela, a seleção final dos itens, buscando um refinamento do instrumento.

Análise das relações entre fatores da Regulação Emocional

Ao analisar a dimensão Seleção da Situação apresentada na Tabela 34 observam-se correlações positivas significativas com as estratégias de modificação da situação ($r = 0,37$), mudança cognitiva ($r = 0,65$) e implantação atenciosa ($r = 0,68$), sugerindo que indivíduos com maior pontuação nessa dimensão tendem a utilizar também outras estratégias de regulação emocional, especialmente a implantação atenciosa. Esses resultados revelam um padrão interessante de correlações. A correlação positiva significativa com estratégias de modificação da situação, mudança cognitiva e implantação atenciosa sugere que indivíduos com maior habilidade em selecionar situações tendem a ser mais proativos em suas vidas. Ou seja, eles não se limitam a reagir às situações, mas buscam ativamente modificá-las para se adequar aos seus objetivos e bem-estar.

A habilidade de selecionar situações está positivamente relacionada com a proatividade em lidar com desafios, a capacidade de ajustar pensamentos, e capacidade de direcionar e manter o foco da atenção, indicando que pessoas com essas habilidades são mais ativas em moldar suas experiências. Além disso, a forte correlação com a mudança cognitiva pode estar associada ao fato de que, ao selecionar a situação, as pessoas também passam a adotar uma nova forma de pensar. Da mesma maneira, os altos níveis de satisfação podem estar relacionados ao fato de que, após modificar a situação, o indivíduo passa a sentir mais controle sobre sua vida, saindo e/ou evitando situações ou eventos que poderiam ser de submissão ou alienadores outrora. Apoiando esse resultado, Webb e colaboradores (2017) realizaram um experimento comparando um grupo que utilizou a estratégia de seleção da situação com um grupo controle, o objetivo era verificar se essa estratégia poderia ser benéfica para pessoas com alta reatividade emocional e dificuldades em regular as suas emoções, eles aplicaram uma escala de autorrelato para avaliar o uso de estratégias de regulação emocional no dia a dia, com base em suas consequências, e em outra etapa os participantes foram orientados a escolher atividades para o fim de semana que promovessem bem-estar, e evitassem aquelas que pudessem desencadear emoções negativas, enquanto o grupo controle não recebeu essa instrução. Os resultados mostraram que, para indivíduos reativos e com dificuldades de regular emoções, a seleção de situações foi uma estratégia eficaz de regulação emocional.

Esses participantes relataram mais bem-estar e felicidade, além de níveis reduzidos de emoções negativas, além disso, uma análise de covariância revelou que os participantes na condição experimental apresentaram níveis significativamente mais elevados de afeto positivo durante o fim de semana ($M = 6,67$, $DP = 0,79$) em comparação aos participantes da condição de controle ($M = 6,17$, $DP = 0,75$), $F(1, 121) = 13,28$, $p < 0,001$, $\eta^2 = 0,10$ (Web *et. al.*, 2017). Pessoas com afeto positivo tendem a vivenciar momentos intensos e frequentes de satisfação, descrevendo-se como alegres, entusiasmadas e seguras de si (Zanon *et.al.*, 2013).

Ao examinar as interações entre as dimensões modificação da situação com mudança cognitiva e a modulação da resposta (Tabela 34) é possível notar uma correlação positiva significativa ($r = 0,70$, $p < 0,05$) entre modificação da situação e mudança cognitiva, indicando uma forte relação entre essas duas variáveis. Por outro lado, a correlação entre a modificação da situação e a modulação da resposta, embora positiva e significativa, apresentou uma magnitude menor ($r = 0,31$, $p < 0,05$).

A forte correlação entre modificação da situação e mudança cognitiva sugere que apesar de serem conceitualmente distintas, essas dimensões apresentam um nível de sobreposição empírica. Indivíduos que tendem a alterar ativamente seus ambientes também são mais propensos a ajustar seus pensamentos e percepções sobre esses ambientes, ao modificar o ambiente, novas oportunidades são criadas para a mudança cognitiva, e vice-versa. Ou seja, ao modificar o ambiente, as pessoas criam novas experiências e informações que podem influenciar diretamente seus pensamentos e crenças. Estudos futuros devem explorar com maior profundidade tanto as convergências entre essas dimensões quanto os aspectos que as diferenciam.

Já a modificação da situação com a modulação da resposta embora apresentem correlação positiva, não é tão forte, talvez pode ser mais fácil modificar o ambiente do que modular a resposta, algumas pessoas podem ser mais hábeis em mudar seus pensamentos e sentimentos do que em alterar seu ambiente, outra situação é que a modulação da resposta envolve um processo mais interno, enquanto a modificação da situação é uma ação mais direta sobre o ambiente. Essa diferença pode ser explicada pelo fato de que nem sempre é possível ou é prático modificar a situação, tornando a modulação da resposta uma estratégia complementar.

O presente estudo também apresentou correlação negativa entre a implantação atenciosa e a modulação da resposta ($r = -0,36$, $p < 0,05$) uma possível explicação para a

correlação negativa entre implantação atenciosa e modulação da resposta reside na natureza do foco atencional. Indivíduos com elevada estratégia de implantação atenciosa podem desenvolver um controle interno sobre a atenção e percepção, que pode comprometer a flexibilidade cognitiva para ajustar suas respostas a novas informações ou mudanças no ambiente, podendo limitar a capacidade de avaliar múltiplas opções e selecionar a resposta mais adequada em situações dinâmicas.

Com base na Tabela 34, observa-se que a mudança cognitiva apresentou correlação positiva significativa moderada com implantação atenciosa $r=0,56$ ($p<0,05$), a forte correlação positiva entre mudança cognitiva e implantação atenciosa sugere que indivíduos que são mais capazes de modificar seus pensamentos também são mais propensos a direcionar a atenção de maneira consciente e intencional para impactar as emoções vivenciadas. Isso indica uma sinergia entre essas duas habilidades. A implantação atenciosa, ao promover a consciência do momento presente e a aceitação das experiências, pode facilitar a identificação e a modificação de padrões de pensamento disfuncionais.

Busca de evidências de validade por construto relacionado

Análise de dados

Foi utilizada para a análise de evidências de validade por construto relacionado, a correlação de Pearson, referente as dimensões da medida de regulação emocional juntamente com a BAP, a qual mensura personalidade no modelo dos Cinco Grandes Fatores: Abertura, Extroversão, Neuroticismo, Realização e Socialização (Nunes *et.al.*, 2015).

A análise das correlações obtidas neste estudo foi comparada com os resultados de pesquisas anteriores na área. Essa comparação visa verificar se os padrões de relacionamento entre as variáveis encontrados em nossa amostra são consistentes com os conhecimentos teóricos e empíricos já estabelecidos.

2.5 Resultado das correlações da medida de regulação emocional com a de personalidade

As análises de correlação de Pearson entre as pontuações do teste de regulação emocional e as dimensões de personalidade visam verificar a relação teórica esperada e a replicabilidade de estudos empíricos anteriores entre essas variáveis, avaliando a validade preliminar do instrumento com base em construtos relacionados. O valor de significância adotado foi de $p < 0,05$. Os resultados revelam associações importantes que variam de acordo com as diferentes estratégias de regulação emocional propostas por Gross (1998, 2015). Para facilitar a interpretação, as correlações serão analisadas conforme a Tabela 34 e organizadas conforme as cinco estratégias: seleção da situação, modificação da situação, implantação atenciosa, mudança cognitiva e modulação da resposta.

Tabela 34

Correlação de Pearson score da medida de regulação emocional e a BAP

Variáveis	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
(1) SelSit							
(2) ModSit	0.37**						
(3) MudCog	0.65**	0.70**					
(4) ImpAte	0.68**	0.25*	0.56**				
(5) ModRes		0.31**		-0.36**			
(6) e_theta		0.27*	0.27*	0.27*			
(7) s_theta	0.31*	0.44**	0.41**			0.29*	
(8) r_theta		0.31*	0.37**		0.51**		0.24*
(9) n_theta	-0.58**	-0.28*	-0.54**	-0.59**			-0.38**
(10) a_theta	0.27*	0.25*	0.26*	0.31*		0.36**	

Nota. ** $p < 0,01$, * $p < 0,05$. Correlações não significativas foram suprimidas. Variáveis = SelSit: Seleção da situação; ModSit: Modificação da situação; MudCog: Mudança cognitiva; ImpAte: Implantação atenciosa; ModRes: Modulação da resposta; e_theta: extroversão; s_theta: socialização; r_theta: realização; n_theta: neuroticismo; a_theta: abertura

Seleção da situação

Ao analisar a dimensão Seleção da Situação apresentada na Tabela 34 observa-se uma correlação negativa com o neuroticismo ($r = -0,58$), ou seja, pessoas com níveis elevados em *seleção da situação* tendem a apresentar níveis reduzidos nos traços agrupados em Neuroticismo (como instabilidade emocional, vulnerabilidade, ansiedade e depressão). A

Seleção da Situação também apresentou baixa correlação positiva com Socialização ($r = 0,31$) e Abertura ($r = 0,27$), indicando que quanto mais se utiliza essa estratégia, há uma tendência a maiores níveis nos traços agrupados nessas dimensões, como confiança nas pessoas e amabilidade para Socialização e busca por novidades e abertura a ideias para Abertura.

Além disso, a correlação negativa com o neuroticismo aponta que indivíduos com maior habilidade para selecionar situações costumam apresentar menores níveis de ansiedade e emoções negativas. Essas emoções negativas podem ser compreendidas como a propensão de algumas pessoas a se perceberem como tristes, desmotivadas e ansiosas, encontrando dificuldades em experimentar momentos de alegria e tendem a sentir-se constantemente sobrecarregadas por preocupações (Zanon *et.al*, 2013). Isso corrobora a ideia de que a capacidade de optar por ambientes mais favoráveis promove uma maior estabilidade emocional. Esses resultados, portanto, evidenciam a importância da Seleção da Situação como um recurso psicológico que pode ser utilizado para promover o bem-estar e a adaptação, sugerindo inclusive que essa habilidade pode ser um fator protetor contra a ansiedade e outras emoções negativas.

A correlação positiva entre Seleção da Situação, Socialização e Abertura pode indicar que indivíduos mais abertos e socializados buscam ativamente novas experiências e interações sociais. A Seleção da Situação pode ser vista como uma forma de adaptação social. Indivíduos mais sociais e abertos podem ser mais hábeis em ajustar seu comportamento às diferentes situações sociais, o que pode facilitar a seleção de situações mais favoráveis.

Modificação da Situação

A modificação da situação apresentou correlação positiva entre quase todas as dimensões de personalidade, sendo a mais forte socialização $r=0,44$ ($p<0,05$), seguido por realização $r=0,31$ ($p<0,05$), extroversão $r=0,25$ ($p<0,05$) e abertura $r=0,25$ ($p<0,05$). O

neuroticismo apresentou correlação negativa significativa, mas não tão forte com a modificação da situação $r=-0,28$ ($p=0,05$).

A relação positiva entre modificação da situação e as dimensões de personalidade socialização, realização, extroversão e abertura indica que pessoas com essas características tendem a ser mais proativas em buscar soluções para seus problemas. Indivíduos mais elevados em socialização, por exemplo, tendem a apresentar maior empatia com os demais, preocupação com seu bem-estar e confiar mais nas demais pessoas. Tendem a ter relações interpessoais de melhor qualidade e uma rede de apoio mais ampla que facilita a busca por ajuda e a criação de novas oportunidades. Pessoas com alta necessidade de realização tendem a ser mais orientadas para metas e a buscar ativamente formas de alcançar seus objetivos. Já a extroversão e a abertura à experiência estão relacionadas à busca por novas experiências e à flexibilidade cognitiva, o que facilita a adaptação a diferentes situações. Uma pesquisa realizada por Purnamaningsih (2017) com o objetivo de investigar fatores de personalidade relacionados com estratégias de regulação emocional obteve correlação positiva com modificação da situação e abertura ($r = 0,159$, $p < 0,01$), extroversão ($r= 0,272$, $p < 0,01$) e socialização ($r= 0,195$ $p < 0,01$), esses resultados apoiam a presente pesquisa que também apresentou correlações positivas para esses fatores. Outra descoberta da pesquisa, por meio da regressão múltipla, revelou que as variáveis de abertura, extroversão e socialização são responsáveis por 20,3% da variância nos resultados obtidos, isso implica uma relação significativa entre as características de personalidade e a utilização da estratégia de modificação da situação como forma de regular as emoções. Indivíduos que se mostram mais abertos a novas experiências, extrovertidos e sociáveis tendem a ser mais propensos a alterar ativamente seus ambientes para lidar com situações emocionais desafiadoras. Essa associação sugere que essas características de personalidade podem predispor as pessoas a serem mais proativas na busca de soluções para seus problemas e a serem mais adaptáveis às mudanças.

Já em relação à modificação da situação e o neuroticismo que apresentou correlação negativa, sugere que pessoas com níveis mais baixos de neuroticismo tendem a ser mais proativas em mudar suas circunstâncias. Indivíduos que apresentam baixo neuroticismo geralmente demonstram menor ansiedade e maior estabilidade emocional, o que facilita a tomada de decisões e a implementação de mudanças. Como Costa e McCrae (1992) afirmam, indivíduos com baixos níveis de neuroticismo tendem a exibir uma regulação emocional mais eficaz, incluindo a capacidade de modificar a situação, pois sua estabilidade emocional os ajuda a tomar decisões de forma proativa.

A discussão sobre a relação entre neuroticismo e estratégias de regulação emocional é vital para entender como diferentes traços de personalidade podem influenciar o bem-estar emocional. Gross (1998) aponta que indivíduos com altos níveis de neuroticismo lutam frequentemente com a regulação de suas emoções, o que pode dificultar sua capacidade de modificar suas situações emocionais. Isso pode sugerir que a proatividade na modificação da situação não é apenas uma questão de escolha, mas também um reflexo da capacidade de regular as emoções de forma eficaz.

Implantação atenciosa

Os resultados indicam que a implantação atenciosa, conforme pode ser observado na Tabela 34, apresenta uma correlação positiva com extroversão ($r = 0,27$, $p < 0,05$) e abertura ($r = 0,30$, $p < 0,05$), sugerindo que pessoas mais extrovertidas e abertas podem tender a empregar mais essa estratégia, pois, além de suas características sociais e ativas, conseguem direcionar a atenção em situações específicas. Isso pode ocorrer porque essas pessoas podem ser mais conscientes do ambiente e de suas experiências internas, facilitando o controle da distração e o foco no presente. Além disso, reforçam a ideia de que traços de personalidade mais voltados para a interação social e a curiosidade podem facilitar a adoção de estratégias de

atenção plena e controle da distração. Uma meta-análise conduzida por Baranczuk (2019) com 132 estudos revelou que a implantação atenciosa se correlaciona positivamente com extroversão ($r = 0,20$) e abertura ($r = 0,22$) (Hughes *et.al.*, 2020), tendo resultados muito semelhantes com o presente estudo.

O presente estudo também apresentou correlação negativa entre a implantação atenciosa e com o neuroticismo ($r = -0,59$, $p < 0,05$). Esses resultados sugerem que indivíduos com alto neuroticismo tendem a ser menos capazes de praticar atenção plena, possivelmente devido à ruminação excessiva e distração frequente causadas pela preocupação e ansiedade. Esses indivíduos podem ser mais suscetíveis a padrões de pensamento intrusivo, que dificultam a prática da atenção focada no presente. Esses resultados podem indicar que essa forma de regulação não é muito adaptativa dependendo a forma de utilização da mesma. Por exemplo, se a pessoa ficar constantemente focada em pensamentos ruins ou usar a supressão emocional a todo momento. Hughes *et.al.*, (2020) apontam em seus estudos que a ruminação tem uma forte correlação positiva com neuroticismo ($r = 0,47$), na implantação atenciosa a ruminação também é um dos aspectos dessa dimensão, podendo ser uma semelhança entre os estudos.

Mudança Cognitiva

Com base na Tabela 34, observa-se que a mudança cognitiva apresentou correlação positiva significativa moderada com a socialização $r=0,40$ ($p<0,05$) e realização $r=0,37$ ($p<0,05$) e apresentando menor intensidade com a extroversão $r=0,27$ e abertura $r=0,26$. Apresenta também, uma correlação negativa com neuroticismo $r=-0,54$ ($p<0,05$). A correlação positiva com socialização e realização indica que indivíduos mais sociáveis e voltados para objetivos costumam apresentar maior flexibilidade em seu modo de pensar. Isso pode ser explicado pelo fato de que indivíduos mais sociáveis estão expostos a diferentes perspectivas e podem ser mais abertos a novas ideias, enquanto aqueles com alta necessidade de realização

pode ser mais motivados a buscar soluções criativas para os problemas. Embora a correlação com extroversão e abertura seja positiva, elas são menos intensas quando comparada com as outras dimensões. Isso indica que, embora a extroversão e a abertura à experiência possam facilitar a mudança cognitiva, elas não são tão determinantes quanto a socialização e a realização.

A correlação negativa com neuroticismo é a mais forte entre as observadas, indicando que pessoas com menor nível de neuroticismo tendem a ser mais capazes de modificar seus pensamentos. Pessoas com baixo neuroticismo costumam demonstrar níveis reduzidos de ansiedade e um maior equilíbrio emocional, o que facilita reconhecer e alterar padrões de pensamento negativos.

Ou seja, quanto mais elevado é o nível de mudança cognitiva mais a tendência de o indivíduo também apresentar a estratégia de regulação emocional implantação atenciosa e traços de personalidade quanto a socialização, realização extroversão e abertura e menos neuroticismo. Estudos realizados por Gross (1998) sugerem dados semelhantes entre mudança cognitiva e neuroticismo indicando também correlação negativa entre estas variáveis (John & Gross, 2004). Segundo Haga, Kraft e Corby (2009) indivíduos com altos níveis de neuroticismo se mostram menos propensos a engajar na reavaliação emocional, e o uso crescente de reavaliação cognitiva previu níveis maiores de resultados positivos de bem-estar. A reavaliação positiva é um aspecto da mudança cognitiva, portanto, esses resultados estão alinhados com as descobertas sobre a mudança cognitiva no presente estudo. Troy, Shallcross e Mauss (2013), desenvolveram uma pesquisa para medir a habilidade de reavaliação cognitiva, com pessoas que passaram por um estressor recente, e foi mensurado a severidade dos estressores e o controle destes com o nível de depressão, o resultado capturou que a reavaliação estava associada com baixos níveis de depressão em estressores

incontroláveis, no qual a pessoa pode regular somente a si a reavaliação cognitiva atuou como fator de proteção para a depressão.

Modulação da Resposta

Foi verificada uma correlação positiva significativa entre modulação da resposta com realização $r=0,51$ ($p<0,05$) conforme Tabela 34, indicando que quanto mais elevada é a pontuação em realização, também maior é a pontuação para modulação da resposta. Tal resultado sugere que a capacidade de controlar as emoções é um fator crucial para o sucesso em diversas áreas da vida. Pessoas que conseguem modular suas respostas de forma eficaz podem ser mais motivadas, persistentes, resilientes e eficazes na busca por seus objetivos.

Não foram verificadas correlações estatisticamente significativas entre modulação da resposta e as outras dimensões de personalidade. Um estudo realizado por Gross, Sutton, e Ketelaar (1998) e apresentado por John e Gross (2004) evidenciaram que supressão emocional não apresentou correlação com neuroticismo, esses dados chamaram a atenção do autor já que era esperado uma correlação positiva forte. No presente estudo, observou-se que na modulação da resposta, uma dimensão que está associada a supressão emocional, também não teve correlação significativa nem positiva, nem negativa, corroborando com o estudo realizado anteriormente. A ausência de correlação significativa entre o neuroticismo e a modulação da resposta pode ser justificada pela natureza distinta dessas variáveis. A modulação da resposta é uma estratégia de regulação emocional pontual e situacional, utilizada de maneira temporária e direcionada a momentos específicos. Por sua vez, o neuroticismo é um traço de personalidade estável e duradouro, refletindo uma tendência crônica a experimentar emoções negativas, como ansiedade e irritabilidade. Traços de personalidade, como o neuroticismo, representam disposições gerais de comportamento e afeto, enquanto a modulação da resposta é mais flexível e adaptativa, podendo ser empregada conforme as demandas emocionais do momento.

2.6 Discussão

Este estudo teve como objetivo principal verificar as relações entre as dimensões de RE entre si e depois fazer a busca de evidências de validade correlacionando a medida com uma medida de personalidade. Sendo assim, a correlação positiva entre a Seleção da Situação e estratégias como Modificação da Situação, Mudança Cognitiva e Implantação Atenciosa indica uma tendência de indivíduos adotarem múltiplas estratégias de regulação emocional de forma dinâmica e flexível. A demonstração negativa entre seleção da situação com Neuroticismo sugere que esses indivíduos apresentam menor ansiedade e instabilidade emocional, refletindo em maior bem-estar. Quanto a Modificação da Situação e Mudança Cognitiva terem apresentado forte correlação positiva pode indicar que mudanças ambientais frequentemente promovem mudanças em pensamentos, reflexões e percepções. Essa relação pode indicar também que essas variáveis coincidem com um fator comum, embora sejam necessários estudos futuros com amostras maiores para confirmar essa hipótese. Já a correlação positiva de modificação da situação com traços como Socialização, Extroversão e Abertura destaca que pessoas com essas características tendem a ser mais proativas na busca de soluções buscando soluções que transformem o ambiente, enquanto que a correlação negativa entre Modificação da Situação e Neuroticismo reforça que maior estabilidade emocional facilita atitudes proativas.

A Implantação Atenciosa está positivamente associada à Extroversão e Abertura, e negativamente correlacionada ao Neuroticismo. Isso sugere que pessoas sociáveis e curiosas têm maior facilidade em direcionar e manter o foco atencional, enquanto indivíduos com altos níveis de Neuroticismo enfrentam dificuldades devido à propensão à ansiedade e afetos negativos. Esses achados corroboram os estudos de Hughes *et.al.* (2020), que apontam a tendência dos extrovertidos de regular suas emoções de forma proativa, utilizando estratégias

de implantação atenciosa, indivíduos mais sociáveis e extrovertidos demonstram maior capacidade de direcionar e manter o foco atencional, facilitando o uso dessa estratégia.

A modulação da resposta registrou uma correlação positiva significativa com realização, sugerindo que pessoas com alta necessidade de realização são mais propensas a utilizar a estratégia de modulação da resposta. Poderia ser esperado alguma correlação significativa com neuroticismo, porém não se apresentou. Um estudo realizado por Gross, Sutton Ketelaar (1998) e apresentado por John e Gross (2004) evidenciaram que supressão emocional não se relacionou positivamente com o neuroticismo, o que surpreendeu os autores, pois uma forte correlação era esperada. No presente estudo, a modulação da resposta, que está ligada à supressão emocional, também não revelou correlações significativas com neuroticismo, a ausência de correlação pode indicar que a modulação da resposta é uma estratégia mais situacional do que um traço de personalidade estável. Ressalta-se a importância de futuros estudos buscando compreender melhor essas relações.

Outro dado relevante a ser explorado é em relação à genética, conforme indicam John e Gross (2004). Os autores sugerem explorar como as características da personalidade, especialmente o neuroticismo e a extroversão, podem ter raízes profundas no desenvolvimento e serem influenciadas por fatores genéticos. As diferenças individuais em reatividade e regulação emocional, com fortes bases genéticas, se manifestam desde a infância (Rothbart *et al.*, 2000 como citado em John & Gross, 2004). Segundo os autores na idade adulta, essas diferenças se refletem em traços de personalidade como neuroticismo e extroversão. A predisposição genética para emoções intensas pode influenciar a capacidade de aprender e aplicar estratégias de regulação emocional.

Colaborando com esses dados um estudo, realizado em 1996 com 250 pares de gêmeos canadenses, investigou a influência da genética e do ambiente na formação das cinco grandes dimensões da personalidade. Os resultados indicam que a genética desempenha um papel

significativo na formação das cinco grandes dimensões da personalidade. Neuroticismo apresentou 41% de sua variância explicada por fatores genéticos, enquanto a Extroversão apresentou 53%. A Abertura à Experiência demonstrou a maior influência genética (61%), seguida da Conscienciosidade (44%) e da Agradabilidade (41%). A parcela restante da variância em cada dimensão foi atribuída ao ambiente não compartilhado, ou seja, experiências únicas de cada indivíduo (Ebert & Stefano, 2022).

É importante ressaltar também que estudos têm sido desenvolvidos sobre a base neural das diferenças individuais e a regulação emocional, por exemplo, Yang *et.al* (2020) investigaram a relação entre o neuroticismo, a atividade de certas regiões cerebrais e a conectividade funcional da amígdala, utilizando a interação psicofisiológica (PPI) em uma tarefa de reavaliação cognitiva, os resultados indicaram que participantes com níveis elevados de neuroticismo apresentaram uma redução na eficácia da reavaliação cognitiva, além de uma menor função de controle exercida pelo córtex pré-frontal dorsomedial (dmPFC) sobre a amígdala durante a regulação de emoções negativas. O dmPFC tem um papel importante na regulação emocional, sendo responsável por ajustar as respostas emocionais através da modulação da atividade da amígdala, o que pode explicar a dificuldade de indivíduos com alto neuroticismo em gerenciar suas emoções de maneira eficaz. O córtex pré-frontal dorso medial (dmPFC) é uma região do cérebro que desempenha um papel crucial no controle cognitivo, incluindo a regulação emocional. Ele ajuda a coordenar e ajustar as respostas emocionais, especialmente em situações que exigem a reavaliação ou modificação de emoções negativas, atuando para controlar a ativação da amígdala, que é uma área cerebral associada ao processamento de emoções como o medo e a ansiedade (Berboth & Morawetz, 2021). Sendo assim, é importante considerar as relações neurológicas e o papel que ela pode influenciar na regulação emocional.

Considerações Finais

As análises das escalas demonstram tanto potencial quanto desafios. A confiabilidade mais alta em algumas dimensões, como mudança cognitiva e implantação atenciosa, contrasta com possíveis fragilidades observadas em outras, como modulação da resposta, modificação da situação e seleção da situação, que sugere revisão. Na versão inicial o instrumento investigado apresentou propriedades psicométricas satisfatórias em quase todas as dimensões, apresentando confiabilidade mais alta em dimensões como mudança cognitiva ($\alpha = 0,77$) e implantação atenciosa ($\alpha = 0,73$). Em contrapartida a modificação da situação ($\alpha = 0,62$) e seleção da situação ($\alpha = 0,68$), que, embora estejam dentro dos critérios da Resolução CFP nº 31/2022, podem ser aprimoradas por meio de revisões detalhadas. Já a modulação da resposta ($\alpha = 0,58$) está abaixo dos critérios adequados para a validade da medida.

Os achados em relação a validade por construto relacionado permitem uma análise mais aprofundada sobre a complexidade das estratégias de regulação emocional e suas interações com traços de personalidade. Por exemplo, as correlações entre as estratégias de regulação e traços como neuroticismo ($r = -0,58$) e socialização ($r = 0,31$) evidenciam o papel protetor da seleção da situação contra emoções negativas. Além disso, destaca-se a forte associação entre modificação da situação e mudança cognitiva ($r = 0,70$), sugerindo a presença de um possível fator comum subjacente. A correlação positiva entre estratégias proativas de regulação emocional e traços de personalidade, como extroversão e abertura, sugere um perfil dinâmico e adaptável, enquanto a correlação negativa com o neuroticismo reforça a importância da estabilidade emocional como facilitadora dessas estratégias.

Considerando esses resultados, é recomendável que estudos futuros se concentrem na reavaliação dos itens com menor consistência interna, bem como na ampliação da amostra para garantir a representatividade dos achados em diferentes contextos. Com uma amostra maior, será possível realizar análises fatoriais mais robustas, verificando a estrutura dos fatores. Isso

pode revelar, por exemplo, se dimensões como seleção da situação e implantação atenciosa convergem para um único fator, assim como modificação da situação e mudança cognitiva. Além disso, é relevante explorar as relações dessas estratégias com outras variáveis, como inteligência e bem-estar, ampliando a compreensão sobre os mecanismos subjacentes à regulação emocional e seu impacto em diferentes domínios da vida.

Referências

- Barańczuk, U. (2019). The five factor model of personality and emotion regulation: A meta-analysis. *Personality and Individual Differences*, 139, 217–227. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2018.11.025>
- Berboth, S., & Morawetz, C. (2021). Amygdala-prefrontal connectivity during emotion regulation: A meta-analysis of psychophysiological interactions. *Neuropsychologia*, 153, 107767. <https://doi.org/10.1016/j.neuropsychologia.2021.107767>Discussão
- Conselho Federal de Psicologia. (2022). Resolução CFP nº 31/2022, de 15 de dezembro de 2022.
- Costa, P. T., & McCrae, R. R. (1992). Revised NEO Personality Inventory (NEO-PI-R) and NEO Five-Factor Inventory (NEO-FFI) professional manual. Odessa, FL: *Psychological Assessment Resources*.
- Dias, A. C. P. (2016). As dificuldades na regulação emocional e os traços de personalidade no consumo de álcool (*Dissertação de mestrado*). Universidade de Lisboa, Faculdade de Psicologia, Lisboa, Portugal.
- Ebert, A. C. K., & Stefano, W. (2022). O estudo revisitado das influências genéticas e ambientais na personalidade. *História da Ciência e Ensino: Construindo Interfaces*, 26, 2–32. <https://doi.org/10.23925/2178-2911.2022v26p2-32>
- Embretson, S. E., & Reise, S. P. (2000). Item response theory for psychologists. *Lawrence*
- Field, A. (2018). *Discovering Statistics Using IBM SPSS Statistics* (5ª ed.). *Sage Publications*.
- Gross, J. J. (1998). The Emerging Field of Emotion Regulation: An Integrative Review. *Review of General Psychology*, 2(3), 271-299. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.2.3.271>
- Gross, J. J. (2015). Emotion Regulation: Current Status and Future Prospects. *Psychological Inquiry*, 26(1), 1-26. <https://doi.org/10.1080/1047840X.2014.940781>
- Haga, S. M., Kraft, P., & Corby, E.-K. (2009). Emotion regulation: Antecedents and well-being outcomes of cognitive reappraisal and expressive suppression in cross-cultural

- samples. *Journal of Happiness Studies: An Interdisciplinary Forum on Subjective Well-Being*, 10(3), 271–291. <https://doi.org/10.1007/s10902-007-9080-3>
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2014). *Multivariate Data Analysis* (7th ed.). *Pearson*.
- Hirschle, A. L. T., & Gondim, S. M. G. (2019). Medida de Regulação Emocional no Trabalho (RE-Trab): Estrutura e Evidências de Validade. *Psico-USF*, 24(1), 41-54. <https://doi.org/10.1590/1413-82712019240104>
- Hughes, D. J., Kratsiotis, I. K., Niven, K., & Holman, D. (2020). Personality traits and emotion regulation: A targeted review and recommendations. *Emotion*, 20(1), 63–67. <https://doi.org/10.1037/emo0000644>
- John, O. P., & Gross, J. J. (2004). Healthy and Unhealthy Emotional Regulation: Personality Processes, Individual Differences, and Lifespan Development. *Journal of Personality*, 72, 1301-1334. <http://dx.doi.org/10.1111/j.1467-6494.2004.00298.x>
- Lira, C. L. O. B de, & Bueno, J. M. H. (2020). Validity evidences for the Emotion Regulation Test. *Psico-USF*, 25(4), 613-624. <https://doi.org/10.1590/1413/82712020250402>
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9(3), 185-211. doi:10.2190/DUGG-P24E-52WK6CDG
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? In P. Salovey & D. Sluyter (Eds.), *Emotional development and emotional intelligence: Implications for educators* (pp. 3–31). New York, NY: Basic Books.
- Mayer, J. D., Salovey, P., & Caruso, D. R. (2002). *Mayer-Salovey-Caruso Emotional Intelligence Test (MSCEIT) user's manual*. Toronto, Canada: MHS.
- Mayer, J. D., Caruso, D. R., & Salovey, P. (2016). The ability model of emotional intelligence: Principles and updates. *Emotion Review*, 8(4), 290-300. <https://doi.org/10.1177/1754073916639667>
- Mohammadkhani, P., Abasi, I., Pourshahbaz, A., Mohammadi, A., & Fatehi, M. (2016). The role of neuroticism and experiential avoidance in predicting anxiety and depression symptoms: Mediating effect of emotion regulation. *Iranian Journal of Psychiatry and Behavioral Sciences*, 10(3), e5047. <https://doi.org/10.17795/ijpbs-5047>
- Nelis, D., Quoidbach, J., Hansenne, M., & Mikolajczak, M. (2011). Measuring individual differences in emotion regulation: the emotion regulation profile-revised (ERP-R). *Psychologica Belgica*, 5(1), 49-91.
- Nunes, C. H. S. S., Spenassato, D., Bornia, A. C., & Primi, R. (2015). Testes Adaptativos Computadorizados - CAT. Em M. C. R. D. Silva, D. Bartholomeu, C. M. M. Vendramini, & J. M. Montiel (Orgs.), *Aplicações de Métodos Estatísticos Avançados à Avaliação*

- Psicológica e Educacional* (pp. 37-76). São Paulo: Vetor Editora Psico Pedagógica LTDA.
- Pacico, J. C.; Hutz, C. S. (2015). Validade. In Hutz, C. S.; Bandeira, D. R.; Trentini, C. (2015). (Orgs.) *Psicometria*. (Cap. 5, pp. 67-77). Porto Alegre: Artmed.
- Pasquali, L. (2007). Validade dos testes psicológicos: Será possível reencontrar o caminho? *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 23(esp.), 99-107
- Pasquali, L. (2010). Testes referentes a construção: Teoria e modelo de construção. In L. Pasquali e colaboradores. *Instrumentação psicológica: fundamentos e práticas*. (pp. 165-198). Porto Alegre: Artmed.
- Plutchick, R. (2001). Integration, Differentiation, and Derivatives of Emotion. *Evolution and Cognition*, Vol. 7, No. 2. P. 114-205
- Primi, R., Muniz, M., & Nunes, C. H. S. S. (2009). Definições contemporâneas de validade de testes psicológicos. In C. S. Hutz (Ed.), *Avanços e polêmicas em avaliação psicológica* (pp. 243-265). Casa do Psicólogo.
- Riaz M, Abid M, & Bano Z. (2021) Psychological problems in general population during covid-19 pandemic in Pakistan: role of cognitive emotion regulation. *Ann Med*. Dec;53(1):189-196. doi: 10.1080/07853890.2020.1853216.
- Rodrigues, A. P. G. & Gondim, S. G. (2014). Expressão e regulação emocional no contexto de trabalho: um estudo com servidores públicos. *RAM. Revista de Administração Mackenzie*, 15(2), 38-65. <https://doi.org/10.1590/S1678-69712014000200003>
- Scalise, K., & Allen, D. D. (2015). Use of open-source software for adaptive measurement: Concerto as an R-based computer adaptive development and delivery platform. *Br. J. Math. Stat. Psychol.*, 68, 478-496. doi:10.1111/bmsp.12057
- Schafer, J. L., & Graham, J. W. (2002). Missing data: Our view of the state of the art. *Psychological Methods*, 7(2), 147-177.
- Teixeira, K. C.. *Construção e busca de evidências de validade de precisão de uma medida de ansiedade para atletas*. 2016. 139 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia) - Centro de Filosofia e Ciências Humanas, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis.
- Troy AS, Shallcross AJ, & Mauss IB. A person-by-situation approach to emotion regulation: cognitive reappraisal can either help or hurt, depending on the context. *Psychol Sci*. 2013 Dec;24(12):2505-14. doi: 10.1177/0956797613496434. Epub 2013 Oct 21. Erratum in: *Psychol Sci*. 2016 Mar;27(3):428-31. doi: 10.1177/0956797615627417. PMID: 24145331.
- Webb, T. L., Lindquist, K. A., Jones, K., Avishai, A., & Sheeran, P. (2018). Situation selection is an effective emotion regulation strategy for people who need help regulating their

emotions. *Cognition and Emotion*, 32(2), 231–248.
<https://doi.org/10.1080/02699931.2017.1295922>

Wright, B. D. & Stone, M. H (2004). Making measures. Chicago: The Phaneron Press.

Yang, J., Mao, Y., Niu, Y., Wei, D., Wang, X., & Qiu, J. (2020). Individual differences in neuroticism personality trait in emotion regulation. *Journal of Affective Disorders*, 265, 468-474. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.01.086>

Zanon, C., Bastianello, M. R., Pacico, J. C., & Hutz, C. S. (2013). Desenvolvimento e validação de uma escala de afetos positivos e negativos. *Psico-USF*, 18(2), 193-202

Discussão integrada

O desenvolvimento de instrumentos psicométricos requer uma abordagem abrangente que contemple diferentes etapas de validação. Este estudo visa apresentar uma discussão integrada sobre a validade de conteúdo, as propriedades psicométricas preliminares e as evidências de validade por construto relacionado de uma medida de regulação emocional. A partir de análises qualitativas e quantitativas, buscou-se verificar a clareza, relevância e consistência dos itens, além de avaliar a confiabilidade interna e as correlações com traços de personalidade. Neste sentido, no que se refere à validade de conteúdo, a análise qualitativa e quantitativa realizada com juízes especializados destacou a importância da clareza e relevância dos itens. A remoção de itens com maior potencial de erro e a reescrita de outros foram fundamentais para aprimorar o instrumento. O coeficiente *Kappa*, variando entre 0,73 e 0,87, indica uma forte concordância entre os juízes, evidenciando a consistência das definições operacionais (Pasquali, 2010; McHugh, 2012). A modulação da resposta apresentou maior concordância, sugerindo que os juízes possuem uma compreensão mais unificada sobre esse aspecto da regulação emocional, em consonância com as diretrizes de Gross (1998, 2015).

Após a verificação da validade de conteúdo, foram avaliadas as propriedades psicométricas preliminares do instrumento, com ênfase na consistência interna das dimensões examinadas. A análise da consistência interna revelou variações entre as dimensões. Enquanto a mudança cognitiva ($\alpha=0,77$) e a implantação atenciosa ($\alpha=0,73$) demonstraram boa confiabilidade, dimensões como modificação da situação ($\alpha=0,62$) apresentou valor baixo, porém satisfatório atendendo ao critério estabelecido pela Resolução CFP nº 31/2022, que considera índices de consistência interna iguais ou superiores a 0,60 (CFP, 2022), contudo valores acima de 0,70 são indicados na literatura especializada (Pasquali, 2010). A exclusão de itens problemáticos resultou em melhorias, como observado na dimensão de seleção da situação, cujo alfa aumentou de 0,68 para 0,70 após a remoção do item 32.

A correlação positiva entre a seleção da situação e estratégias como modificação da situação, mudança cognitiva e implantação atenciosa evidencia a tendência de indivíduos adotarem múltiplas estratégias de regulação emocional de forma dinâmica e flexível. Esse padrão sugere que a capacidade de selecionar contextos específicos está associada a uma maior adaptabilidade emocional, permitindo que os indivíduos ajustem suas respostas com base nas demandas situacionais. No que se refere à modificação da situação e à mudança cognitiva, a forte correlação positiva observada sugere que alterações no ambiente frequentemente promovem transformações nos pensamentos, reflexões e percepções dos indivíduos. Esse achado pode indicar a existência de um fator comum subjacente que influencia ambas as variáveis, embora sejam necessários estudos futuros com amostras mais amplas e diversificadas para confirmar essa hipótese. Em um experimento conduzido por Webb *et al.* (2017), foi observado que a estratégia de seleção da situação é eficaz para indivíduos com alta reatividade emocional e dificuldades na regulação das emoções. Os participantes que aplicaram essa estratégia relataram maior bem-estar e felicidade, além de níveis reduzidos de emoções negativas. A análise de covariância demonstrou níveis significativamente mais elevados de afeto positivo durante o fim de semana no grupo experimental ($M = 6,67$, $DP = 0,79$) em comparação ao grupo controle ($M = 6,17$, $DP = 0,75$), $F(1, 121) = 13,28$, $p < 0,001$, $\eta^2 = 0,10$. Além disso, indivíduos com maior afeto positivo tendem a vivenciar emoções de satisfação de forma intensa e frequente, descrevendo-se como alegres, entusiasmados e seguros de si (Zanon *et.al.*, 2013). Esses resultados reforçam a importância da seleção da situação como uma estratégia eficaz de regulação emocional, especialmente em contextos que demandam maior controle sobre o ambiente e as experiências emocionais.

A análise das interações entre modificação da situação, mudança cognitiva e modulação da resposta revelou uma correlação positiva significativa entre modificação da situação e mudança cognitiva ($r = 0,70$, $p < 0,05$), sugerindo uma forte relação e possível

sobreposição empírica entre essas dimensões. Indivíduos que alteram ativamente seus ambientes tendem a ajustar seus pensamentos, criando novas oportunidades para a mudança cognitiva. Em contraste, a correlação entre modificação da situação e modulação da resposta, embora significativa, foi de menor magnitude ($r = 0,31$, $p < 0,05$), algumas pessoas podem ser mais hábeis em mudar seus pensamentos e sentimentos do que em alterar seu ambiente, outra situação é que a modulação da resposta envolve um processo mais interno, enquanto a modificação da situação é uma ação mais direta sobre o ambiente. Essa diferença pode ser explicada pelo fato de que nem sempre é possível ou é prático modificar a situação, tornando a modulação da resposta uma estratégia complementar.

A mudança cognitiva apresentou correlação positiva significativa moderada com a implantação atenciosa ($r = 0,56$, $p < 0,05$), indicando que indivíduos capazes de modificar seus pensamentos tendem a direcionar a atenção de forma consciente e intencional para influenciar suas emoções. Essa relação sugere uma sinergia entre as duas habilidades, sendo que a implantação atenciosa, ao fomentar a consciência do momento presente e a aceitação das experiências, pode facilitar a identificação e assim a modificação de padrões de pensamento disfuncionais.

Além da análise da consistência interna, foram exploradas as correlações entre diferentes estratégias de regulação emocional e personalidade, visando compreender suas inter-relações e impactos no ajuste emocional dos indivíduos. Para isso, investigaram-se associações que evidenciam a validade por construto relacionado. Sendo assim, a seleção da situação apresentou uma correlação negativa com o neuroticismo ($r = -0,58$), indicando que indivíduos com maior habilidade para selecionar situações apresentam menor instabilidade emocional, ansiedade e depressão. Além disso, essa estratégia mostra uma correlação positiva com socialização ($r = 0,31$) e abertura ($r = 0,27$), sugerindo que seu uso está relacionado a maior confiança interpessoal e abertura a novidades. Esses resultados indicam que a seleção da

situação pode promover maior estabilidade emocional e atuar como fator protetor contra emoções negativas (Zanon *et.al.*, 2013).

A modificação da situação apresentou correlações positivas com diversas dimensões de personalidade, destacando-se socialização ($r = 0,44$), realização ($r = 0,31$), extroversão ($r = 0,25$) e abertura ($r = 0,25$), indicando que indivíduos com essas características são mais proativos na busca de soluções para seus problemas. Por outro lado, neuroticismo teve uma correlação negativa ($r = -0,28$), sugerindo que pessoas com menor neuroticismo tendem a ser mais eficazes na modificação de suas circunstâncias.

Esses resultados corroboram a pesquisa de Purnamaningsih (2017), que encontrou correlações positivas entre a modificação da situação e abertura, extroversão e socialização. Esses traços são associados à proatividade na adaptação a mudanças e na busca de soluções. A pesquisa também destacou que abertura, extroversão e socialização explicam 20,3% da variância nos resultados da modificação da situação. Costa e McCrae (1992) afirmam que indivíduos com baixos níveis de neuroticismo são mais capazes de modificar a situação devido à sua maior estabilidade emocional.

A implantação atenciosa mostrou correlação positiva com extroversão ($r = 0,27$) e abertura ($r = 0,30$), sugerindo que pessoas extrovertidas e abertas tendem a utilizar mais essa estratégia, provavelmente devido à sua maior consciência do ambiente e controle da distração, facilitando o foco no presente. Esses resultados reforçam que traços de personalidade voltados para a interação social e a curiosidade podem facilitar o uso de estratégias de atenção plena. Uma meta-análise de Baranczuk (2019) também encontrou correlações positivas semelhantes com extroversão ($r = 0,20$) e abertura ($r = 0,22$) (Hughes *et al.*, 2020). Por outro lado, observou-se uma correlação negativa significativa com o neuroticismo ($r = -0,59$), indicando que indivíduos com alto neuroticismo podem ter mais dificuldade em praticar atenção plena devido à ruminação e distração causadas por ansiedade e preocupação. Esse padrão de pensamento

intrusivo dificulta o foco no presente, sugerindo que a implantação atenciosa pode não ser tão adaptativa em pessoas com altos níveis de neuroticismo. Hughes *et al.* (2020) destacam que a ruminação está fortemente correlacionada com neuroticismo ($r = 0,47$) e pode afetar negativamente a capacidade de aplicar a atenção plena.

O estudo apresentado mostra que a mudança cognitiva está correlacionada de maneira significativa com diversas dimensões da personalidade, conforme descrito na Tabela 34. Foi observada uma correlação positiva moderada com socialização ($r = 0,40$; $p < 0,05$) e realização ($r = 0,37$; $p < 0,05$), sugerindo que indivíduos mais sociáveis e orientados para metas tendem a apresentar maior flexibilidade cognitiva. Além disso, uma correlação positiva com extroversão ($r = 0,27$) e abertura ($r = 0,26$) foi identificada, embora com menor intensidade em comparação com socialização e realização. Por outro lado, a mudança cognitiva apresentou uma correlação negativa significativa com neuroticismo ($r = -0,54$; $p < 0,05$), indicando que indivíduos com menores níveis de neuroticismo tendem a ser mais flexíveis cognitivamente.

Estudos de Gross (1998) e John e Gross (2004) também indicam uma correlação negativa entre a mudança cognitiva e neuroticismo. Haga, Kraft e Corby (2009) destacam que indivíduos com altos níveis de neuroticismo têm menor tendência a engajar em reavaliação emocional, sendo que o uso crescente dessa estratégia de reavaliação cognitiva (associada a mudança cognitiva) corresponde a melhores resultados de bem-estar. Essas descobertas corroboram os resultados do presente estudo. Além disso, Troy, Shallcross e Mauss (2013) investigaram a habilidade de reavaliação cognitiva em indivíduos expostos a estressores, encontrando que a reavaliação foi associada a menores níveis de depressão, principalmente em estressores incontroláveis, funcionando como um fator de proteção contra a depressão.

O estudo também encontrou uma correlação positiva significativa entre a modulação da resposta e a realização ($r = 0,51$; $p < 0,05$), sugerindo que pessoas com maior realização tendem a controlar melhor suas emoções. Isso indica que a modulação emocional é importante

para o sucesso em várias áreas da vida. No entanto, não foram observadas correlações significativas entre modulação da resposta e outras dimensões de personalidade, inclusive o neuroticismo. Esse resultado é consistente com o estudo de Gross, Sutton e Ketelaar (1998), que também não encontraram correlação entre supressão emocional (relacionada a modulação da resposta) e neuroticismo. A ausência de correlação entre neuroticismo e modulação da resposta pode ser explicada pela diferença entre essas variáveis: enquanto a modulação da resposta é uma estratégia emocional flexível e situacional, o neuroticismo é um traço de personalidade estável.

Os resultados obtidos nos três estudos demonstram a relevância de um processo metodológico rigoroso e multidimensional na construção e validação de instrumentos psicométricos. A combinação de análises qualitativas com especialistas, avaliações psicométricas preliminares e investigações correlacionais com traços de personalidade permitiu uma compreensão mais robusta das estratégias de regulação emocional. Além disso, os achados destacam a importância da seleção criteriosa de itens, da análise de suas propriedades e da integração de evidências empíricas buscando a qualidade do instrumento. Tais resultados oferecem subsídios valiosos de pesquisas e aplicações práticas no campo da regulação emocional e da avaliação psicológica em pesquisas futuras.

Considerações finais

Este estudo buscou contribuir para a literatura sobre a construção de instrumentos psicológicos ao desenvolver e investigar a validade preliminar de conteúdo, a consistência interna e evidências de validade baseada em construtos relacionados de uma medida de regulação emocional, buscando aprofundar esse fator que é um construto da inteligência emocional. Ao longo do processo, foi possível observar resultados promissores quanto à adequação dos itens e à confiabilidade do instrumento, bem como identificar correlações significativas com outras variáveis teóricas relevantes, como a personalidade.

O resultado da análise dos juízes, tanto qualitativa quanto quantitativa, trouxe contribuições significativas para a clareza e a pertinência dos itens, buscando assegurar que o instrumento representasse as estratégias de regulação emocional conforme a teoria de Gross. A reavaliação dos itens, com base nas sugestões dos juízes e na análise semântica, demonstrou ser essencial para a remoção de vinhetas com possíveis falhas na clareza e relevância. O coeficiente de *Kappa* apresentou resultado satisfatório variando entre $k=0,73$ e $k=0,87$ entre as dimensões. Esse processo de refinamento, além de aprimorar a validade do conteúdo, revelou a relevância de uma colaboração ativa entre pesquisadores, juízes e participantes, em consonância com a ideia de co-construção de conhecimento.

O alinhamento entre os juízes sobre os itens relacionados à modulação da resposta, com maior concordância, é um ponto de destaque, sugerindo que essa estratégia é compreendida de maneira mais clara. Contudo, as discrepâncias no subfator de mudança da situação indicam a complexidade inerente à categorização de emoções em contextos específicos, um desafio que deverá ser abordado em futuras revisões e estudos.

As análises das escalas demonstram tanto potencial quanto desafios. A alta confiabilidade em algumas dimensões, como mudança cognitiva e implantação atenciosa, contrasta com fragilidades observadas em outras, como modificação da situação e seleção da

situação, que exigem revisões mais aprofundadas. A correlação positiva entre estratégias proativas de regulação emocional e traços de personalidade como extroversão e abertura sugere um perfil dinâmico e adaptável, enquanto a correlação negativa com neuroticismo reforça a estabilidade emocional como facilitadora dessas estratégias.

Sugere-se que estudos futuros foquem na reavaliação dos itens com menor consistência interna e em uma amostra maior, garantindo a aplicabilidade do instrumento em diversos contextos, com uma amostra maior é possível realizar análise fatorial, verificando as a direção dos fatores, talvez a seleção da situação e implantação atenciosa possam apontar para apenas um fator, assim como a modificação da situação com a mudança cognitiva É importante também focar em relações com outras variáveis como inteligência, bem-estar, entre outros.

Além disso, a exploração de correlações neurológicas, como as descobertas sobre a conectividade funcional da amígdala e o papel do córtex pré-frontal dorso medial no neuroticismo, pode fornecer uma compreensão mais profunda das bases neuropsicológicas da regulação emocional.

Em suma, o estudo alcançou seu objetivo de construir um instrumento preliminar de regulação emocional com indícios de validade e confiabilidade. O envolvimento contínuo de diferentes perspectivas e métodos reforça a importância da validação rigorosa e da adaptabilidade em pesquisas psicométricas.

REFERÊNCIAS

- American Educational Research Association, American Psychological Association, & National Council on Measurement in Education. (2014). *Standards for educational and psychological testing*. Washington, DC: American Educational Research Association.
- Bar-On, R. (2006). The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI). *Psicothema*, 18(supl.), 13-25.
- Berboth, S., & Morawetz, C. (2021). Amygdala-prefrontal connectivity during emotion regulation: A meta-analysis of psychophysiological interactions. *Neuropsychologia*, 153, 107767. <https://doi.org/10.1016/j.neuropsychologia.2021.107767>Discussão
- Clark, L. A., & Watson, D. (2019). Constructing validity: New developments in creating objective measuring instruments. *Psychological Assessment*, 31(12), 1412-1427. <https://doi.org/10.1037/pas0000626>
- Cohen, R. J., Swerdlik, M. E., & Sturman, E. D. (2014). Psychological Testing and Assessment -: Introduction to Tests and Measurements. *Amgh Editora*.
- Costa, P. T., & McCrae, R. R. (1992). Revised NEO Personality Inventory (NEO-PI-R) and NEO Five-Factor Inventory (NEO-FFI) professional manual. Odessa, FL: *Psychological Assessment Resources*.
- Conselho Federal de Psicologia. (2022). Resolução CFP nº 31/2022, de 15 de dezembro de 2022.
- Conselho Nacional de Saúde (Brasil). (2012). Resolução no 466, de 12 de dezembro de 2012. Brasília.
- Damásio, A. O Mistério da Consciência: Do corpo e das emoções do conhecimento de si. São Paulo: Companhia das Letras, 2000. Original em inglês: *The feeling of what happens: Body and emotion in the making of consciousness*. New York: Harcourt Brace, 1999)
- DeVellis, R. F. (2016). Scale Development: Theory and Applications (4th ed.). *Sage Publications. L*.
- Dias, A. C. P. (2016). As dificuldades na regulação emocional e os traços de personalidade no consumo de álcool (*Dissertação de mestrado*). Universidade de Lisboa, Faculdade de Psicologia, Lisboa, Portugal.
- Ebert, A. C. K., Stefano, W. (2022). O estudo revisitado das influências genéticas e ambientais na personalidade. *História da Ciência e Ensino: Construindo Interfaces*, 26, 2–32. <https://doi.org/10.23925/2178-2911.2022v26p2-32>

- Embretson, S. E., & Reise, S. P. (2000). Item response theory for psychologists. *Lawrence*
- Field, A. (2018). *Discovering Statistics Using IBM SPSS Statistics* (5^a ed.). *Sage Publications*.
- Flores-Mendoza, C. & Saraiva, RB (2018). Avaliação da inteligência: uma introdução . In CS Hutz, DR Bandeira, & CM Trentini (Eds.), *Avaliação Psicológica da Inteligência e da Personalidade* (pp. 17-33). (Avaliação Psicológica). Artmed Editora
- Goleman, D. (1995). Emotional intelligence. New York, NY: *Bantam Books*.
- Gondim, S. M. A., Pereira, C. R., Hirschle, A. L. T., Palma, E. M. S., Alberton, G. D., Paranhos, J., Santana, V., & Ribeiro, W. R. B. (2015). Evidências de Validação de uma Medida de Características Pessoais de Regulação das Emoções. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 28(4), 659-667. <https://doi.org/10.1590/1678-7153.201528403>
- Gouveia, V. V., Moura, H. M. de, Oliveira, I. C. V. de, Ribeiro, M. G. C., Rezende, A. T., & Brito, T. R. de S. (2018). Emotional Regulation Questionnaire (ERQ): Evidence of Construct Validity and Internal Consistency. *Psico-USF*, 23(3), 461-471. <https://doi.org/10.1590/1413-82712018230306>
- Gross, J. J. (1998). The Emerging Field of Emotion Regulation: An Integrative Review. *Review of General Psychology*, 2(3), 271-299. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.2.3.271>
- Gross, J. J. (2015). Emotion Regulation: Current Status and Future Prospects. *Psychological Inquiry*, 26(1), 1-26. <https://doi.org/10.1080/1047840X.2014.940781>
- Haga, S. M., Kraft, P., & Corby, E.-K. (2009). Emotion regulation: Antecedents and well-being outcomes of cognitive reappraisal and expressive suppression in cross-cultural samples. *Journal of Happiness Studies: An Interdisciplinary Forum on Subjective Well-Being*, 10(3), 271–291. <https://doi.org/10.1007/s10902-007-9080-3>
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2014). *Multivariate Data Analysis* (7th ed.). *Pearson*.
- Hambleton, R.K. (2005) Issues, designs, and technical guidelines for adapting tests into multiple languages and cultures. Em: R. K. Hambleton, P. F. Merenda, & C. D. Spielberger (Eds.), *Adapting educational and psychological tests for cross-cultural assessment* (pp. 3-3). New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates.
- Harley, J. M., Pekrun, R., Taxer, J. L., & Gross, J. J. (2019). Emotion regulation in achievement situations: An integrated model. *Educational Psychologist*, 54(2), 106–126. <https://doi.org/10.1080/00461520.2019.1587297>

- Hirschle, A. L. T., & Gondim, S. M. G. (2019). Medida de Regulação Emocional no Trabalho (RE-Trab): Estrutura e Evidências de Validade. *Psico-USF*, 24(1), 41-54. <https://doi.org/10.1590/1413-82712019240104>
- Hughes, D. J., Kratsiotis, I. K., Niven, K., & Holman, D. (2020). Personality traits and emotion regulation: A targeted review and recommendations. *Emotion*, 20(1), 63-67. <https://doi.org/10.1037/emo0000644>
- John, O. P., & Gross, J. J. (2004). Healthy and Unhealthy Emotional Regulation: Personality Processes, Individual Differences, and Lifespan Development. *Journal of Personality*, 72, 1301-1334. <http://dx.doi.org/10.1111/j.1467-6494.2004.00298.x>
- Joly, M. C. R. A.; Berberian, A. A.; Andrade, R. G.; & Teixeira, T. C. (2010). Análise de teses e dissertações em avaliação psicológica disponíveis na BVS-PSI Brasil. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 30(1), 174-187. <http://dx.doi.org/10.1590/S1414-98932010000100013>
- Kline, P. (2015). A test construction manual: Introduction to psychometric design. *Routledge*.
- Lira, C. L. O. B de, & Bueno, J. M. H. (2020). Validity evidences for the Emotion Regulation Test. *Psico-USF*, 25(4), 613-624. <https://doi.org/10.1590/1413/82712020250402>
- MacCann, C., Joseph, D. L., Newman, D. A., & Roberts, R. D. (2014). Emotional intelligence is a second-stratum factor of intelligence: Evidence from hierarchical and bifactor models. *Emotion*, 14(2), 358-374. <https://doi.org/10.1037/a0034755>
- Marques, C. A. N. (2020). *O papel da regulação emocional na relação entre experiências adversas na infância e crime* [Dissertação de mestrado, Universidade do Minho]. 37. <http://hdl.handle.net/1822/67655>
- Matthews, G., Roberts, R. D., Zeidner, M. (Eds.). (2020). The Science of Emotional Intelligence: Knowns and Unknowns. *Oxford University Press*.
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1990). Emotional intelligence. Imagination, Cognition and Personality, 9(3), 185-211. doi:10.2190/DUGG-P24E-52WK6CDG
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? In P. Salovey & D. Sluyter (Eds.), *Emotional development and emotional intelligence: Implications for educators* (pp. 3-31). New York, NY: Basic Books.
- Mayer, J. D., Salovey, P., & Caruso, D. R. (2002). Mayer-Salovey-Caruso Emotional Intelligence Test (MSCEIT) *user's manual*. Toronto, Canada: MHS.
- Mayer, J. D., Salovey, P., Caruso, D. R., & Cherkasskiy, L. (2011). Emotional intelligence. In R. J. Sternberg & S. B. Kaufman (Eds.), *The Cambridge handbook*

- of intelligence (pp. 528–549). Cambridge University Press.
<https://doi.org/10.1017/CBO9780511977244.027>
- Mayer, J. D., Caruso, D. R., & Salovey, P. (2016). The ability model of emotional intelligence: Principles and updates. *Emotion Review*, 8(4), 290-300.
<https://doi.org/10.1177/1754073916639667>
- McHugh, M. L. (2012). Interrater reliability: The kappa statistic. *Biochemia Medica*, 22(3), 276–282.
- McRae, K., & Gross, J. J. (2020). Emotion regulation. *Emotion*, 20(1), 1-9.
<https://doi.org/10.1037/emo0000703>
- Miguel, F. K. (2015). Psicologia das emoções: uma proposta integrativa para compreender a expressão emocional. *Psico-USF*, 20(1), 153-162.
<https://doi.org/10.1590/1413-82712015200114>
- Miguel, F. K., Zuanazzi, A. C., & Amaral, A. E.V. (2017). Avaliação de Aspectos da Inteligência Emocional nas Técnicas de Pfister e Zulliger. *Trends in Psychology*, 25(4), 1853-1862. <https://doi.org/10.9788/tp2017.4-17pt>
- Miguel, F. K., & Wiltenburg, T. D. (2018). Estudo da estrutura fatorial do Questionário Online de Regulação Emocional. In I Congresso do Programa de Pós-Graduação em Psicologia da Universidade Estadual de Londrina (Ed.), *Anais do Congresso do Programa de Pós-Graduação em Psicologia da Universidade Estadual de Londrina* (pp. 74–78).
- Mohammadkhani, P., Abasi, I., Pourshahbaz, A., Mohammadi, A., & Fatehi, M. (2016). The role of neuroticism and experiential avoidance in predicting anxiety and depression symptoms: Mediating effect of emotion regulation. *Iranian Journal of Psychiatry and Behavioral Sciences*, 10(3), e5047. <https://doi.org/10.17795/ijpbs-5047>
- Nelis, D., Quoidbach, J., Hansenne, M., & Mikolajczak, M. (2011). Measuring individual differences in emotion regulation: the emotion regulation profile-revised (ERP-R). *Psychologica Belgica*, 5(1), 49-91.
- Nunes, C. H. S. S., Spenassato, D., Bornia, A. C., & Primi, R. (2015). Testes Adaptativos Computadorizados - CAT. Em M. C. R. D. Silva, D. Bartholomeu, C. M. M. Vendramini, & J. M. Montiel (Orgs.), *Aplicações de Métodos Estatísticos Avançados à Avaliação Psicológica e Educacional* (pp. 37-76). São Paulo: Vetor Editora Psico Pedagógica LTDA.
- Pacheco, O. de O. (2023). *Estudo de adaptação transcultural do Genos Emotional Intelligence Inventory (GENOS EI) para o contexto organizacional brasileiro* (Tese de doutorado, Universidade Federal de São Carlos). Repositório Institucional UFSCar.
- Pacico, J. C.; Hutz, C. S. (2015). Validade. In Hutz, C. S.; Bandeira, D. R.; Trentini, C. (2015). (Orgs.) *Psicometria*. (Cap. 5, pp. 67-77). Porto Alegre: Artmed.

- Pasquali, L. (2007). Aplicações práticas da TRI: Testes sob medida - CAT. Em *Teoria de Resposta ao Item: Teoria, Procedimentos e Aplicações* (pp. 187-202). Brasília: Laboratório de Pesquisa em Avaliação e Medida - LabPAM/UnB.
- Pasquali, L. (2007). Validade dos testes psicológicos: Será possível reencontrar o caminho? *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 23(esp.), 99-107
- Pasquali, L. (2010). Testes referentes a construção: Teoria e modelo de construção. In L. Pasquali e colaboradores. *Instrumentação psicológica: fundamentos e práticas*.(pp. 165-198). Porto Alegre: Artmed.
- Peixoto, I. (2023). *Construção e estudos psicométricos do Teste Informatizado de Inteligência Emocional para o Trabalho – TIIET* (Tese de doutorado). Universidade Federal de São Carlos, São Carlos, SP.
- Peña-Sarrionandia, A., Mikolajczak, M., & Gross, J. J. (2015). Integrating emotion Regulation and emotional intelligence traditions: A meta-analysis. *Frontiers in Psychology*, 6, Article 160. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.00160>
- Petrides, K. V., & Furnham, A. (2001). Trait emotional intelligence: Psychometric investigation with reference to established trait taxonomies. *European Journal of Personality*, 15(6), 425–448. <https://doi.org/10.1002/per.416>
- Plutchick, R. (2001). Integration, Differentiation, and Derivatives of Emotion. *Evolution and Cognition*, Vol. 7, No. 2. P. 114-205
- Purnamaningsih, E.H. (2017). Personality and Emotion Regulation Strategies. *International Journal of Psychological Research*, 10(1), 53. <https://doi.org/10.21500/20112084.2040>
- Reppold, C. T., Gurgel, L. G. & Hutz, C. S. (2014). O processo de construção de escalas psicométricas. *Avaliação Psicológica*, 13(2), 307-310. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-04712014000200018&lng=pt&tlng=pt.
- Resnik, David B. (2018). The Ethics of Research with Human Subjects: Protecting People, Advancing Science, Promoting Trust. Cham: *Springer Verlag*.
- Riaz M, Abid M, Bano Z. (2021) Psychological problems in general population during covid-19 pandemic in Pakistan: role of cognitive emotion regulation. *Ann Med*. Dec;53(1):189-196. doi: 10.1080/07853890.2020.1853216.
- Rodrigues, A. P. G. & Gondim, S. G. (2014). Expressão e regulação emocional no contexto de trabalho: um estudo com servidores públicos. *RAM. Revista de Administração Mackenzie*, 15(2), 38-65. <https://doi.org/10.1590/S1678-69712014000200003>

- Scalise, K., & Allen, D. D. (2015). Use of open-source software for adaptive measurement: Concerto as an R-based computer adaptive development and delivery platform. *Br. J. Math. Stat. Psychol.*, 68, 478-496. doi:10.1111/bmsp.12057
- Schafer, J. L., & Graham, J. W. (2002). Missing data: Our view of the state of the art. *Psychological Methods*, 7(2), 147-177.
- Schäfer, J.L., Cibils Filho, B. R., Moura, T. C. de., Tavares, V. C., Arteche, A. X. & Kristensen, C. H. (2018). Psychometric properties of the Brazilian version of the Cognitive Emotion Regulation Questionnaire. *Trends in Psychiatry and Psychotherapy*, 40(2), 160-169. <https://dx.doi.org/10.1590/2237-6089-2017-0074>
- Schelini, P. W. (2006). Teoria das inteligências fluida e cristalizada: início e evolução. *Estudos de Psicologia (Natal)*, 11(3), 371–378. <https://doi.org/10.1590/S1413-294X2006000300010>
- Schneider, W. J., & McGrew, K. S. (2012). The Cattell-Horn-Carroll model of intelligence. In D. P. Flanagan & P. L. Harrison (Eds.), *Contemporary intellectual assessment: Theories, tests, and issues* (3rd ed., pp. 553–581). The Guilford Press
- Smith, C. A., & Lazarus, R. S. (1990). Emotion and adaptation. In L. A. Pervin (Ed.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 609-637). New York: Guilford Press
- Teixeira, Karen Cristine. *Construção e busca de evidências de validade de precisão de uma medida de ansiedade para atletas*. 2016. 139 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia) - Centro de Filosofia e Ciências Humanas, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2016.
- Tourangeau, R., Rips, L. J., & Rasinski, K. (Eds.). (2000). *The psychology of survey response*. Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511819322>
- Troy AS, Shallcross AJ, Mauss IB. A person-by-situation approach to emotion regulation: cognitive reappraisal can either help or hurt, depending on the context. *Psychol Sci*. 2013 Dec;24(12):2505-14. doi: 10.1177/0956797613496434. Epub 2013 Oct 21. Erratum in: *Psychol Sci*. 2016 Mar;27(3):428-31. doi: 10.1177/0956797615627417. PMID: 24145331.
- Vieira-Santos, J., Lima, D. C., Sartori, R. M., Muniz, M., & Schelini, P. W. (2018). Inteligência emocional: revisão internacional da literatura. *Estudos Interdisciplinares em Psicologia*, 9(2), 78–99. <https://doi.org/10.5433/2236-6407.2018v9n2p78>
- Webb, T. L., Lindquist, K. A., Jones, K., Avishai, A., & Sheeran, P. (2018). Situation selection is an effective emotion regulation strategy for people who need help regulating their emotions. *Cognition and Emotion*, 32(2), 231–248. <https://doi.org/10.1080/02699931.2017.1295922>

- Wiltenburg, T. D., & Miguel, F. K. (2021). Estudo de validade do Questionário Online de Regulação Emocional. *Psico*, 52(1), 1–10. <https://doi.org/10.15448/1980-8623.2021.1.34728>
- Wright, B. D. & Stone, M. H (2004). Making measures. Chicago: The Phaneron Press.
- Yang, J., Mao, Y., Niu, Y., Wei, D., Wang, X., & Qiu, J. (2020). Individual differences in neuroticism personality trait in emotion regulation. *Journal of Affective Disorders*, 265, 468-474. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.01.086>
- Zanon, C., Bastianello, M. R., Pacico, J. C., & Hutz, C. S. (2013). Desenvolvimento e validação de uma escala de afetos positivos e negativos. *Psico-USF*, 18(2), 193-02

APÊNDICE A. Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

Universidade Federal De Santa Catarina
Centro de Filosofia e Ciências Humanas
Departamento de Psicologia
Programa de Pós-Graduação em Psicologia

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Eu, Michele Inácio, aluna do Programa de Pós-Graduação em Psicologia da Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC), convido-o (a) a participar do processo de coleta de dados de minha Dissertação de Mestrado, sob orientação do Prof. Dr. Carlos Henrique Sancineto da Silva Nunes, do Departamento de Psicologia da UFSC, e Prof. Dr. Fabiano Koich Miguel, do Departamento de Psicologia da Universidade Federal de São Carlos (UFSCar) Esta pesquisa, que se intitula “Construção e Busca de Evidências de Validade e Precisão de uma Medida de Regulação Emocional” tem como objetivo buscar evidências de validade de um instrumento elaborado a partir das teorias de Inteligência Emocional e que se proponha a mensurar a Regulação Emocional como um fator da Inteligência Emocional. Esse estudo justifica-se por sua relevância social, pois propiciará maior conhecimento sobre indivíduos em relação a estratégias de Regulação Emocional. Além disso, auxiliará aos profissionais especialmente que trabalham na área clínica e educacional no processo de avaliação. Além de contribuir para o avanço científico da temática em questão.

Serão convidados a participar dessa pesquisa indivíduos alfabetizados e maiores de 18 anos. A sua participação ocorrerá por meio do consentimento em responder a um questionário sociodemográfico, Instrumento de Regulação Emocional e Bateria Adaptativa de Personalidade. O seu nome, ou quaisquer dados que possam identificá-lo, não serão utilizados nos documentos pertencentes a este estudo, garantindo o seu sigilo.

Os benefícios associados à participação nesta pesquisa se relacionam a um maior autoconhecimento sobre como você costuma se sentir diante das situações, podendo ocorrer por meio de percepções associadas ao processo de resposta ou vinculadas à devolutiva oferecida pelo pesquisador. Os benefícios secundários relacionam-se ao processo de validação da escala, que pode vir a ser, futuramente, utilizada em benefício de outras pessoas e como ferramenta de trabalho de terapeutas e clínicos.

Entretanto, é possível que ocorram riscos e desconfortos decorrentes de sua participação na pesquisa. Você pode se sentir aborrecido e cansado em relação ao processo de resposta ou pode vir a se sentir mobilizado pela evocação de possíveis experiências desagradáveis relacionadas a situações vividas anteriormente. Caso aja a ocorrência de mobilização emocional decorrente da participação da pesquisa, você poderá entrar em contato com a pesquisadora através do e-mail: miinacio.psico@gmail.com e está ofertará acolhimento através de videochamada pela plataforma google meet em horário e dia combinado com o participante, e sendo

necessário encaminhará para a rede de sua cidade para continuação do processo terapêutico. Caso se sinta cansado e queira desistir da pesquisa, poderá fazer em qualquer momento. Outro risco é a possibilidade de vazamento de informações pessoais devido à natureza online da pesquisa. Para mitigar esse risco, utilizaremos plataformas tecnológicas seguras para a coleta e armazenamento de dados. Você poderá expressar suas dúvidas e apreensões a qualquer momento e será acompanhado durante todo o procedimento de participação recebendo toda a assistência necessária, de forma a tomar providências e cautelas para evitar e reduzir efeitos e condições adversas. É importante mencionar que você tem a garantia de ressarcimento de despesas decorrentes da sua participação na pesquisa, que serão cobertas pelo pesquisador. Caso venha a sofrer qualquer prejuízo, material ou imaterial, decorrente de sua participação nesta pesquisa, você poderá solicitar indenização de acordo com a legislação vigente.

De acordo com a legislação brasileira, a sua participação é absolutamente voluntária e não remunerada. Os pesquisadores estarão à disposição para esclarecimentos, antes, durante e depois da pesquisa. Você tem assegurada a liberdade de desistir de participar a qualquer momento do estudo, sem nenhuma penalização. Para retirar seu consentimento, basta notificar os pesquisadores pessoalmente ou por meio dos e-mails de contato que estão no final deste documento.

As informações obtidas serão empregadas com ética na elaboração do trabalho científico, que poderá ser publicado em meios acadêmicos e científicos, garantindo a manutenção do sigilo e da privacidade dos participantes. O pesquisador responsável, que também assina este documento, declara que cumprirá os termos da Resolução CNS 466/12 e suas complementares (item IV.5.a) e compromete-se a conduzir a pesquisa de acordo com o que preconiza a Resolução 466/12 de 12/06/2012, que trata dos preceitos éticos e da proteção aos participantes da pesquisa. Além destas, o pesquisador compromete-se a observar a Carta Circular nº 1/2021-CONEP/SECNS/MS e o Ofício_Circular n23_2022_CONEP que trata dos procedimentos em ambiente virtual, de forma a preservar a proteção, segurança e direitos dos participantes. Os resultados da pesquisa serão devolvidos a você e/ou às instituições que possibilitaram o acesso aos participantes, em data a ser agendada.

Dados do pesquisador principal: Nome completo: Michele Inácio Endereço de e-mail: miinacio.psico@gmail.com
--

Recomendamos que você imprima ou arquive esse documento para ter o contato do pesquisador e do Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade Federal de Santa Catarina- CEPESH/UFSC caso precise.

Qualquer dúvida que você venha a ter sobre ética em pesquisa pode entrar em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade Federal de Santa Catarina, CEPESH/UFSC, por meio do telefone (48) 3721 6094 ou no endereço: Universidade Federal de Santa Catarina - Pró- Reitoria de Pesquisa- Prédio Reitoria II (R: Desembargador Vitor Lima, 222, sala 701, Trindade, Florianópolis/SC, CEP 88.040-400).

O endereço institucional dos pesquisadores é Laboratório de Pesquisa em Avaliação Psicológica, Universidade Federal de Santa Catarina – Campus Universitário Trindade, Centro de Filosofia e Ciências Humanas, Departamento de Psicologia, CEP 88040-900-Florianópolis, SC - Brasil, Telefone: (48) 3721-9904

Se você aceitar participar desta pesquisa, clique na opção SIM para acessar o formulário online.

Email do participante:

APÊNDICE B. Questionário sociodemográfico

- 1) Gênero
☐ Feminino
☐ Masculino

2) Digite sua idade (em anos) _____

- 3) Em que região você mora?
☐ Sul
☐ Sudeste
☐ Centro Oeste
☐ Nordeste
☐ Norte

- 4) Cor/raça/etnia (como você se considera):
☐ Branca
☐ Preta
☐ Parda
☐ Amarela
☐ Indígena
☐ Outro

- 5) Atualmente, sua ocupação é:
☐ Empregado
☐ Desempregado (a)
☐ Não trabalho
☐ Outro

6) Qual sua principal profissão? _____

- 7) Qual sua maior escolaridade?
☐ Fundamental
☐ Ensino médio
☐ Graduação
☐ Especialização
☐ Mestrado
☐ Doutorado
☐ Outro

- 8) Atualmente, seu estado civil é:
☐ Solteiro (a)
☐ Casado (a) / (união estável)
☐ Separado (a)
☐ Viúvo (a)

9) Você possui filhos?

☐ Sim

☐ Não

Em caso positivo, quantos filhos você tem?

☐ 1

☐ 2

☐ 3

☐ mais do que 3

10) Qual sua renda mensal?

☐ até 2 salários mínimos

☐ Mais 2 a 3 salários mínimos

☐ Mais de 3 a 5 salários mínimos

☐ Mais de 5 a 10 salários mínimos

☐ Não possui renda

11) Você pratica algum esporte ou faz algum exercício físico?

☐ sim

☐ não

Se sim, com que frequência:

☐ de 1 a 2 vezes por semana

☐ de 3 a 5 vezes por semana

☐ todos os dias

12. Já fez/faz terapia?

☐ Sim

☐ Não;

Se sim, por quanto tempo? _____

13. Toma alguma medicação?

☐ Sim

☐ Não

Se sim, qual? _____

APÊNDICE C. Medida de Regulação Emocional

Instruções:

Serão apresentadas diversas situações e, em cada uma delas, 5 formas diferentes para lidar com as emoções em consequência daquele momento. Você deve escolher o quanto provavelmente usaria cada uma das formas utilizando uma escala de 5 pontos.

Por favor, escolha “1” se **não for nada provável** que você usaria determinada forma de lidar com a sua emoção, “2” se for **pouco provável** que você use a estratégia de Regulação Emocional apresentada, “3” se **talvez você use ou não** use determinada estratégia de Regulação Emocional, “4” se você **provavelmente usaria** determinada estratégia de Regulação Emocional, e “5” se for **muito provável** que você utilize a estratégia de Regulação Emocional exposta.

Não há respostas certas ou erradas. Se a situação apresentada não tiver nada a ver com algo que você tenha vivenciado, **busque imaginar se acontecesse com você e indique o quanto provavelmente você lidaria com a situação de acordo com as frases abaixo:**

1. Nada provável
2. Pouco provável
3. Mais ou menos provável
4. Provavelmente
5. Muito provavelmente

Agora será apresentado uma situação como exemplo:

Você está pronto para sair para um passeio e recebe uma crítica ou comentário negativo de um de seus familiares sobre a roupa que escolheu para se vestir. Você fica chateado (a). Indique o quanto provavelmente você lidaria com a seu sentimento de acordo com as frases a seguir:

Exemplo 1:

Mesmo sentindo-se mal pelo comentário, você busca ignorar o que foi dito e resolve continuar seu plano de sair.

Se é muito provável que você fizesse isso nessa situação, assinale **Muito Provável**, conforme o exemplo abaixo:

Nada provável	Pouco provável	Mais ou menos provável	Provavelmente	Muito provavelmente
1	2	3	4	5

Exemplo 2:

Você fica focado(a) em pensamentos negativos decorrentes do comentário.

Se é um pouco provável que você fizesse isso nessa situação, assinale **Pouco Provável**, conforme o exemplo abaixo:

Nada provável	Pouco provável	Mais ou menos provável	Provavelmente	Muito provavelmente
1	2	3	4	5

Exemplo 3: Agora é a sua vez para praticar, vamos lá:

Você busca aliviar o que está sentindo buscando algo para comer.

Assinale a alternativa que mais combinaria com a forma que você lidaria com o seu sentimento:

Nada provável	Pouco provável	Mais ou menos provável	Provavelmente	Muito provavelmente
1	2	3	4	5

1. Você prepara o almoço para familiares que vão lhe visitar e chegarão na sua casa em algumas horas. Enquanto está arrumando a mesa, percebe que esqueceu de desligar o forno, e a refeição acaba queimando. Você sente raiva pela situação. Indique quão provavelmente você lidaria com a situação de acordo com as frases abaixo:

- Cancelo o almoço. (seleção da situação – evitação)
- Preparo novamente a comida. (modificação da situação – foco no problema)
- Assumo que não sou muito bom/ boa para cozinhar. (mudança cognitiva – aceitação)
- Cancelo e fico em casa consumindo bebida alcoólica para tentar relaxar.

(modulação da resposta – uso de substâncias)

e) Paro de pensar no que aconteceu e foco no que estou fazendo agora. (Implantação atenciosa – atenção plena)

2. Você foi convidado(a) para o casamento de um amigo. No entanto, ficou sabendo que alguém que você detesta deverá estar lá. Indique quanto provavelmente você lidaria com a situação de acordo com as frases abaixo:

a) Arranjo uma desculpa e não vou ao casamento. (seleção da situação – evitação)

b) Falo para o amigo que deve escolher entre mim e a pessoa que não gosto.

(modificação da situação – busca de apoio)

c) Vou ao casamento, mas evito contato com a pessoa que detesto. (Implantação atenciosa – distração)

d) Vou ao casamento e tento provocar e constranger a pessoa que não gosto.

(modulação de resposta – agressão)

e) Tento melhorar minha relação com a pessoa, pensando que o importante é estarmos presentes no casamento do amigo. (mudança cognitiva – reavaliação positiva)

3. Você mora sozinho(a) em um bairro em que assaltos a residências são frequentes. Certo dia você é acordado(a) no meio da noite por um barulho e sente medo por achar que alguém pode estar tentando invadir sua casa. Indique quanto provavelmente você lidaria com a situação de acordo com as frases abaixo:

a) Ligo para um familiar ou amigo (a) para contar o que está acontecendo.

(modulação da resposta – compartilhamento da emoção)

b) Tento me convencer que pode ser algum animal e volto a dormir. (Implantação atenciosa – distração)

c) Ligo para a polícia. (modificação da situação – busca de apoio)

d) Fico pensando no que eu deveria fazer para evitar que invadam minha casa.

(mudança cognitiva – avaliação de autoeficácia)

e) Continuo ali prestando atenção no barulho. (seleção da situação – confronto)

4. Sua casa é inundada em uma enchente e gera muitos estragos nos seus móveis e objetos pessoais. Você fica triste por perder muitas coisas que conquistou ao longo do tempo. Indique quanto provavelmente você lidaria com a situação de acordo com as frases abaixo:

a) Converso com alguém sobre o que estou sentindo, buscando ajuda para lidar com a minha tristeza. (modificação da resposta – busca de ajuda)

b) Penso que são coisas que acontecem na vida, não há o que se fazer. (mudança cognitiva – aceitação)

c) Fico muito tempo me sentindo triste e pensando no meu azar. (Implantação atenciosa – ruminação)

d) Largo tudo que sobrou e não volto mais para essa minha casa. (seleção da situação – evitação)

e) Tento mostrar para as outras pessoas que estou bem e forte. (modulação da resposta – supressão emocional)

5. Você é estudante e tem uma tarefa para entregar. Você conferiu antes de sair de casa e se certificou que o trabalho estava na sua mochila. Ao chegar no momento da entrega você fica surpreso (a), pois não consegue encontrar o

trabalho. O que você faz para lidar com sua emoção:

- a) Invento uma desculpa e não vou à aula. (seleção da situação – evitação)
- b) Explico o que aconteceu para a professora e tento resolver na hora para entregar o trabalho. (modificação da situação – foco no problema)
- c) Demoro para conseguir pensar em alguma forma de resolver já que fico pensando no que as pessoas estão pensando de mim. (Implantação atenciosa – ruminação)
- d) Sei que sou capaz de resolver o problema e me concentro em como fazer. (mudança cognitiva – avaliação de autoeficácia)
- e) Penso que algum dos meus colegas quis me prejudicar e começo a xingar todos da sala. (modulação da resposta – agressão)

6. Você está a caminho de um compromisso, um imprevisto acontece e você percebe que irá se atrasar. Você sente ansiedade, pois é um compromisso importante e precisava chegar pontualmente. Indique quão provavelmente você lidaria com a situação de acordo com as frases abaixo:

- a) Você busca avisar as pessoas que estão lhe esperando que você irá atrasar. (seleção da situação – confronto)
- b) Liga para um colega pedindo que ele avise por você. (modificação da situação – busca de apoio)
- c) Não consegue parar de pensar no atraso e nas suas consequências. (Implantação atenciosa – ruminação)
- d) Pensa que não há o que fazer e busca se acalmar. (mudança cognitiva – aceitação)
- e) Busca aliviar a tensão com consumo de cigarro ou doces, entre outros. (modulação da resposta – uso de substâncias)

7. Você começa um trabalho novo e não conhece ninguém do local. Um grupo de trabalho é formado e as pessoas recebem bem você, são amistosas e receptivas, por isso, você se sente aceito (a) pelas pessoas no trabalho. Indique o quão provavelmente você lidaria com a situação de acordo com as frases abaixo:

- a) Você se deixa envolver com as pessoas no trabalho. (seleção de situação – confronto)
- b) Você busca as pessoas para entender melhor o funcionamento do novo trabalho. (modificação da situação – busca de apoio)
- c) Mesmo depois da reunião você fica pensando em como as pessoas foram legais com você. (ruminação)
- d) Você se sente confiante que irá se adaptar bem em seu novo trabalho. (mudança cognitiva – avaliação de autoeficácia)
- e) Você compartilha com as pessoas no seu trabalho sobre como se sente em relação a recepção deles. (modulação da resposta – compartilhamento das emoções)

8. Você pede um favor a um amigo e ele diz que não pode lhe ajudar. Você fica decepcionado (a), pois não esperava essa resposta dele. Indique quão provavelmente você lidaria com a situação de acordo com as frases abaixo:

- a) Você decide evitar seu amigo para não demonstrar como se sente com a situação (seleção da situação – evitação)
- b) Decide falar com seu amigo para tentar entender o motivo dele ter se negado. (modificação da situação – resolução de conflito)
- c) Se envolve em atividades como uma corrida, por exemplo, para lidar com a situação (implantação atenciosa – distração)
- d) Pensa que o amigo pode estar ocupado, por isso não estava disponível agora

(mudança cognitiva – reavaliação positiva)

e) Tenta esconder o que está sentindo por seu amigo buscando agir como se nada tivesse acontecido (modulação da resposta – supressão emocional)

9. Você está andando pela calçada e vê um animal sendo maltratado por outra pessoa que passava na rua. Com isso, você fica indignado. Indique quanto provavelmente você lidaria com a situação de acordo com as frases abaixo

- a) Segue seu trajeto buscando se distrair, pois não sabe como lidar com a situação (implantação atenciosa – distração)
- b) Você confronta a pessoa buscando parar a situação (seleção da situação – confronto)
- c) Você liga para uma instituição de apoio aos animais, fazendo denúncia e perguntando o que fazer. (modificação da situação – busca de ajuda)
- d) Pensa que é capaz de resolver e busca maneiras para solucionar a situação (mudança cognitiva – avaliação de autoeficácia)
- e) Busca contar sobre o que acabou de ver para alguém (modulação da resposta – compartilhamento de emoções)

10. Um vizinho que sempre foi desagradável fez uma gentileza sem que você o tenha pedido, por isso, você fica admirado (a) por esse comportamento dele. Indique quanto provavelmente você lidaria com a situação de acordo com as frases abaixo

- a) Sem saber como reagir, você passa a evitar seu vizinho (seleção da situação – evitação)
- b) Você fica pensando continuamente no acontecimento positivo (implantação atenciosa – ruminação)
- c) Você busca uma pessoa de confiança para contar como se sentiu com o ocorrido (modulação da resposta – compartilhamento das emoções)
- d) Aproveita a situação e tenta entender melhor por que não esperava que seu vizinho pudesse ser gentil (modificação da situação – resolução de conflito)
- e) Pensa que seu vizinho está buscando ser melhor e busca ver outras qualidades dele (mudança cognitiva – reavaliação positiva)

11. Você se propôs a começar práticas diárias de atividade física e quando chega a hora surgem outros compromissos. Você se sente culpado (a) por não conseguir fazer o que se propôs. Indique quanto provavelmente você lidaria com a situação de acordo com as frases abaixo

- a) Você desiste definitivamente de fazer atividade física, pois não quer lidar com essa culpa. (seleção da situação – evitação)
- b) Você marca outro dia para retomar seu plano para fazer atividade física. (modificação da situação – focado no problema)
- c) Busca focar seus pensamentos no momento presente, buscando aceitar seus sentimentos. (implantação atenciosa – plena atenção)
- d) Você se sente confiante para retomar seu plano para fazer atividade física em outra oportunidade. (mudança cognitiva – avaliação de autoeficácia)
- e) Buscando melhorar seus sentimentos você busca satisfazer-se procurando algo para comer. (modulação da resposta – uso de substâncias)

12. Seus amigos e familiares organizaram para você uma festa de aniversário surpresa e você fica feliz. Porém, você percebe que algumas pessoas que lhe são

muito queridas não estão presentes, e fica frustrado com isso. Indique o quanto provavelmente você lidaria com a situação de acordo com as frases abaixo

- a) Você não conversa muito com as pessoas e tenta sair logo da festa. (seleção da situação – evitação)
- b) Você comenta sobre as pessoas que estão faltando e tenta conversar com elas pelo telefone. (modificação da situação – focado no problema)
- c) Você busca aproveitar cada momento da festa com seus amigos e familiares prestando atenção no que está acontecendo naquele momento. (implantação atenciosa – atenção plena)
- d) Pensa que poderá encontrar essas pessoas que não foram convidadas em outro momento (mudança cognitiva – aceitação)
- e) Você tenta não mostrar sua frustração com o fato das outras pessoas não estarem presentes. (modulação da resposta – supressão da emoção)

13. Você vai a um encontro romântico com alguém que você não conhece muito bem ainda. Sem querer você acaba derrubando uma bebida escura em sua roupa clara, ficando com vergonha. Indique o quanto provavelmente você lidaria com a situação de acordo com as frases abaixo

- a) Vai embora do encontro. (seleção da situação – evitação)
- b) Vai ao banheiro e tenta limpar a roupa. (modificação da situação – focado no problema)
- c) Não consegue parar de pensar no papel de ridículo que fez. (implantação atenciosa – ruminação)
- d) Aceita que não pode mudar a situação e continua o encontro sem dar atenção ao ocorrido. (mudança cognitiva – aceitação)
- e) Sente-se muito mal e começa a tratar o garçom e a pessoa com quem está se encontrando de forma grosseira. (modulação da resposta – agressão verbal/física)

14. Você está apresentando para os colegas de trabalho e para seu chefe os resultados de uma tarefa que você realizou. Você percebe que vários deles não estão gostando do que você está apresentando, então você se sente desaprovado (a) por seus colegas. Indique o quanto provavelmente você lidaria com a situação de acordo com as frases abaixo

- a) Você tenta se esquivar dos seus colegas e não quer conversar com ninguém. (seleção da situação – evitação)
- b) Você busca conversar com seus colegas para compreender o que eles acharam da apresentação e assim resolver o que estava sentindo. (modificação da situação – resolução de conflito)
- c) Você fica no celular tentando se distrair para não pensar no que está sentindo. (implantação atenciosa – distração)
- d) Você tenta entender se havia algo de errado na sua apresentação e melhorar para a próxima. (mudança cognitiva – reavaliação positiva)
- e) Você tenta não mostrar para os outros que ficou chateado. (modulação da resposta – supressão emocional)

15. Você combina de encontrar um grande amigo que não via há muito tempo no shopping. Durante o encontro ele começa a falar com outra pessoa e faz você se sentir deixado de lado. Indique o quanto provavelmente você lidaria com a situação de acordo com as frases abaixo

- a) Tenta entrar na conversa buscando ser incluído. (modificação da situação – focado no problema)
- b) Vai até uma loja qualquer buscando se distrair enquanto seu amigo termina a conversa. (implantação atenciosa – distração)
- c) Logo pensa que seu amigo quis ser gentil com o outro e se sente confortável, pois sabe que seu amigo se importa com você (mudança cognitiva – reavaliação positiva)
- d) Você fica bravo e reclama abertamente com seu amigo (modulação da resposta – agressão verbal/ física)
- e) Você decide ir embora e deixa seu amigo conversando com a outra pessoa (seleção da situação – evitação)

16. Você está participando de uma palestra importante sobre um tema sério. Você então vê no celular a notícia que ganhou uma promoção que tanto esperava e fica muito feliz. Indique o quão provavelmente você lidaria com a situação de acordo com as frases abaixo:

- a) você continua lendo a mensagem e vai ficando mais feliz. (seleção de situação - confronto)
- b) Para não atrapalhar aos outros você vai ao banheiro para explodir de alegria. (modificação da situação - focado no problema)
- c) Você fica toda hora pensando na notícia que recebeu e não consegue se concentrar na palestra. (implantação atenciosa - ruminação)
- d) busca não demonstrar para as pessoas a sua alegria (modulação da resposta - supressão emocional)
- e) Fica pensando em todo esforço que teve para conseguir aquela promoção. (mudança cognitiva - avaliação da autoeficácia)

ANEXO A. Exemplos de perguntas da Bateria Adaptativa de Personalidade BAP



**UNIVERSIDADE FEDERAL
DE SANTA CATARINA**

LPAP – Laboratório de Pesquisas em Avaliação Psicológica

Aplicação

Por favor leia com atenção as frases apresentadas na primeira coluna da tabela e indique o quanto você se identifica com elas usando a escala abaixo, que varia de 1 a 5.

Descreve-me muito mal  Descreve-me muito bem

1 2 3 4 5

Item	1	2	3	4	5
Costumo tomar a iniciativa e conversar com os outros.	☐	☐	☐	☐	☐
Tento fazer com que as pessoas sintam-se bem.	☐	☐	☐	☐	☐
Frequentemente reviso com cuidado os trabalhos que precisam ser entregues.	☐	☐	☐	☐	☐
Fico muito inseguro quando me passam alguma tarefa de grande responsabilidade.	☐	☐	☐	☐	☐
Participar de atividades que envolvam criatividade e / ou fantasia me empolga.	☐	☐	☐	☐	☐