



I Congresso do Programa de Pós-graduação em Psicologia da UEL 30 e 31 de agosto de 2018

ESTUDO DA ESTRUTURA FATORIAL DO QUESTIONÁRIO ONLINE DE REGULAÇÃO EMOCIONAL

Fabiano Koich Miguel, fabiano@avalpsi.com.br
Thaís Distéfano Wiltenburg, thais_distefano@hotmail.com

Universidade Estadual de Londrina

Resumo

O conceito de regulação emocional se refere ao processo em que indivíduos modificam a trajetória de um ou mais componentes de uma resposta emocional, podendo servir para influenciar o tipo, a intensidade, o período e a qualidade da emoção. Atualmente no Brasil há poucos instrumentos dedicados a avaliar este construto. O objetivo desta pesquisa foi desenvolver um questionário com o propósito de avaliar consequências da regulação emocional, chamado Questionário Online de Regulação Emocional (QoRE), e estudar sua estrutura fatorial e consistência interna. Participaram deste estudo 671 pessoas, de todas as regiões do país. O QoRE foi desenvolvido com base no modelo de consequências da regulação emocional, contendo originalmente 39 itens propostos em uma escala Likert de cinco pontos. Após análise fatorial, utilizando-se o critério de carga fatorial acima de 0,40, foram mantidos 18 itens do questionário, divididos em 4 fatores: impulsividade e irritabilidade, supressão emocional, sobrecarga emocional e resiliência. Por meio do agrupamento de itens encontrado na análise fatorial e pelos índices de precisão, considera-se que o QoRE apresentou adequada estrutura e consistência interna.

Palavras-chave: regulação emocional; testes informatizados; avaliação psicológica.

Introdução

As emoções desempenham um importante papel na adaptação e desenvolvimento dos indivíduos, e são cruciais para determinar como as pessoas vivem suas vidas (Peña-Sarrionandia, Mikolajczak, & Gross, 2015). O conceito de regulação emocional se refere ao processo em que indivíduos modificam a trajetória de um ou mais componentes de uma resposta emocional, podendo servir para influenciar o tipo, a intensidade, o período e a qualidade da emoção (Peña-Sarrionandia et al., 2015).

Segundo Gross e Thompson (2006), a regulação emocional pode diminuir, intensificar ou apenas manter a emoção, dependendo dos objetivos do indivíduo, e ele pode regular as próprias emoções, ou as de outras pessoas. Os indivíduos



I Congresso do Programa de Pós-graduação em Psicologia da UEL

30 e 31 de agosto de 2018

podem regular tanto emoções positivas quanto negativas, e este processo pode se dar de maneira consciente ou inconsciente. Como o contexto em que as emoções aparecem e são reguladas pode ser dinâmico, não há como fazer suposições a priori se determinadas formas de regulação emocional são adaptativas ou maladaptativas (Gross & Thompson, 2006).

Para a regulação emocional, alguns conjuntos de estratégias podem ser selecionadas e empregadas. Eles podem ser agrupados em estratégias focadas nos antecedentes (e.g. seleção da situação, modificação da situação, mudança do foco atencional, reavaliação cognitiva) ou focadas na regulação das respostas emocionais (e.g. supressão das respostas emocionais) (Batistoni, Ordonez, Silva, Nascimento, & Cachioni, 2013).

Atualmente no Brasil há poucos instrumentos dedicados a avaliar a capacidade de regular as emoções. O objetivo desta pesquisa foi desenvolver um questionário com o propósito de avaliar consequências da regulação emocional e estudar sua estrutura fatorial e consistência interna.

Procedimentos metodológicos

Participantes

Participaram da pesquisa 671 pessoas, sendo 46,4% do sexo feminino, e idade média 27,29 (DP = 10,73). Foram 8,8% da região Norte, 20,4% do Nordeste, 9,7% do Centro-Oeste, 42,8% do Sudeste e 14,9% do Sul. Em relação à escolaridade, 9,4% possuíam até fundamental, 44,9% ensino médio, 35,8% curso superior e 6,7% pós-graduação.

Instrumentos

Questionário Online de Regulação Emocional (QoRE)

O questionário foi desenvolvido com base no modelo de consequências da regulação emocional, utilizado também na Escala de Dificuldades na Regulação Emocional (Miguel, Giromini, Colombarolli, Zuanazzi, & Zennaro, 2017). Esse modelo propõe frases que podem explicar as consequências da boa ou má regulação. Por exemplo, “Eu fico nervoso(a) com facilidade”. Esse modelo é



I Congresso do Programa de Pós-graduação em Psicologia da UEL **30 e 31 de agosto de 2018**

diferente de outras escalas que analisam as estratégias de regulação (e.g., “Quando fico ansioso, paro e penso no que posso fazer”) e que podem estar mais suscetíveis a desejabilidade social.

Foram desenvolvidos 39 itens com base em aspectos relacionados às consequências da regulação emocional, como supressão das emoções (e.g., “Eu sinto que não posso mostrar o que estou sentindo de verdade”), remoer sentimentos (e.g., “Fico pensando em coisas ruins que aconteceram”), fuga (e.g., “Tenho vontade de largar tudo”), impulsividade (e.g., “Eu faço coisas no calor do momento”), agitação (e.g., “Eu costumo ser uma pessoa calma”) e atenção (e.g., “Eu acho que não entendo minhas emoções”). Os itens foram propostos em uma escala Likert de cinco pontos, variando desde Nunca (1) a Sempre (5).

Coleta e Análise de Dados

Os participantes foram convidados a participar da pesquisa por meio de mídias sociais. Ao acessar o link da pesquisa, inicialmente era apresentado o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Concordando em participar, criava-se um usuário por meio do email e uma senha. Somente a partir de então, o participante tinha acesso ao QoRE.

As respostas dos participantes foram armazenadas em um banco de dados. Os itens foram estudados de acordo com sua estrutura fatorial utilizando-se análise fatorial exploratória pelo método de máxima verossimilhança, com rotação oblimin, pressupondo que os fatores poderiam se correlacionar. A fim de identificar a quantidade de fatores, utilizou-se análise paralela considerando-se 671 participantes e 39 itens. Foram mantidos os itens com carga fatorial acima de 0,40. Os índices de precisão de cada fator, assim como a escala geral, foram calculados por meio de alfa de Cronbach.

Resultados e Discussão

Os resultados da análise fatorial indicaram índice KMO de 0,93, indicando adequada estrutura de dados para análise. Comparando-se os índices de eigenvalue da análise fatorial exploratória e da análise paralela, encontrou-se quatro



I Congresso do Programa de Pós-graduação em Psicologia da UEL 30 e 31 de agosto de 2018

fatores como não-aleatórios, retendo-se essa quantidade de fatores. Utilizando-se o critério de carga fatorial acima de 0,40, foram mantidos 18 itens, conforme apresentado na Tabela 1.

O fator 1 ficou composto por cinco itens, o fator 2 por três itens, o fator 3 por cinco itens e o fator 4 por cinco itens. Ao se fazer a leitura dos itens que compunham cada fator, foi possível identificar padrões de agrupamento, o que resultou nos seguintes títulos aos fatores: fator 1 impulsividade e irritabilidade, fator 2 supressão emocional, fator 3 sobrecarga emocional e fator 4 resiliência. Considera-se que esses fatores são representativos do construto estudado e representam o rol de itens originalmente proposto para o QoRE. A quantidade de itens também está de acordo com as escalas utilizadas em âmbito internacional (Miguel et al., 2017).

Tabela 1. Cargas fatoriais dos 18 itens mantidos no QoRE.

Item	1	2	3	4
3	0,756			
6				0,512
8		0,799		
10	0,703			
11			0,527	
13				0,579
15	0,544			
16	0,553			
21				0,585
22			0,562	
24			0,683	
25				0,666
26		0,687		
29			0,517	
31		0,696		
32	0,717			
33			0,516	
38				0,745

Em relação à precisão, os índices de alfa foram: 0,79 para o fator 1; 0,77 para o fator 2; 0,79 para o fator 3; 0,76 para o fator 4; e 0,89 para a escala total. Todos são índices acima do recomendado para consistência interna.



I Congresso do Programa de Pós-graduação em Psicologia da UEL 30 e 31 de agosto de 2018

Conclusões

Por meio do agrupamento de itens encontrado na análise fatorial e pelos índices de precisão, considera-se que o Questionário Online de Regulação Emocional (QoRE) apresentou adequada estrutura e consistência interna. Contudo, apenas esta análise não é suficiente para evidenciar validade de construto do instrumento, sendo necessárias outras pesquisas que demonstrem se, de fato, o QoRE está avaliando regulação emocional. Como sugestão, recomenda-se correlacionar os escores do QoRE com outros indicadores de regulação ou desregulação emocional, como saúde mental, neuroticismo, disforia, solidão, entre outros. Com isso, considera-se que haverá um instrumento fidedigno para avaliação deste importante construto psicológico.

Referências

- Batistoni, S. S. T., Ordonez, T. N., Silva, T. B. L. da, Nascimento, P. P. P. do, & Cachioni, M. (2013). Emotional Regulation Questionnaire (ERQ): indicadores psicométricos e relações com medidas afetivas em amostra idosa. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 26(1), 10–18. <https://doi.org/10.1590/S0102-79722013000100002>
- Gross, J. J., & Thompson, R. A. (2006). Emotion regulation: Conceptual foundations. JJ Gross.
- Miguel, F. K., Giromini, L., Colombarolli, M. S., Zuanazzi, A. C., & Zennaro, A. (2017). A Brazilian investigation of the 36- and 16-Item Difficulties in Emotion Regulation Scales. *Journal of Clinical Psychology*, 73(9), 1146–1159. <https://doi.org/10.1002/jclp.22404>.
- Peña-Sarrionandia, A., Mikolajczak, M., & Gross, J. J. (2015). Integrating emotion regulation and emotional intelligence traditions: a meta-analysis. *Frontiers in Psychology*, 6, 160. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.00160>.