

Adaptação da *Children's automatic thoughts scale negative/positive (Cats-N/P)* para crianças e adolescentes portugueses

Adaptation of the *Children's automatic thoughts scale negative/positive (Cats-N/P)* for Portuguese children and adolescents

La adaptación de la *Children's automatic thoughts scale negative/positive (Cats-N/P)* para niños y adolescentes portugueses

Cynthia Borges de Moura✉

Universidade Estadual do Oeste do Paraná



Isabel Sá

Isabel Santos

Universidade de Lisboa

RESUMO

Esta investigação tem como objetivos estudar as propriedades psicométricas da adaptação portuguesa da *Children's Automatic Thoughts Scale Negative/Positive (Cats-N/P)* (Hogendoorn et al., 2010) e identificar diferenças, em função da idade e do sexo, no conteúdo dos pensamentos automáticos. Os dados foram obtidos em uma amostra não clínica de 330 crianças e adolescentes, entre os 10 e os 19 anos. A *Cats-N/P* apresentou uma estrutura de cinco fatores (visão negativa de si, ameaça social, pensamentos positivos, ameaça física e hostilidade) e boas consistências internas. Os resultados sugerem validade divergente e convergente: os jovens que reportam mais pensamentos positivos apresentam maior satisfação com a vida, ocorrendo o inverso nos jovens com mais pensamentos de visão negativa de si. Não se verificaram diferenças entre os grupos etários no conteúdo dos pensamentos automáticos; no entanto os pensamentos positivos são mais frequentes nos rapazes, e os pensamentos de visão negativa de si mais frequentes nas meninas.

Palavras-chave: pensamentos automáticos, satisfação com a vida, psicoterapia cognitiva com adolescentes, adolescência, Cats-P/N

ABSTRACT

This investigation aimed to evaluate the psychometric properties of the Portuguese adaptation of the *Children's Automatic Thoughts Scale Negative/Positive (CATS-N/P)* (Hogendoorn et al., 2010) and to identify age and gender differences in automatic thoughts content. Data were collected from a community sample of 330 children and adolescents, between 10 and 19 years old. The Cats/N-P revealed a five-factor structure (negative view of self, social threat, positive thoughts, physical threat and hostility) and good internal consistencies for each subscale. Results suggested divergent and convergent validity – adolescents who reported more positive thoughts also reported more satisfaction with life, while adolescents with more negative view of self-thoughts reported lower levels of satisfaction with life. There were no age group differences in automatic thought content. However, gender differences were verified, with boys reporting more positive thoughts, and girls having more thoughts regarding a negative view of themselves.

Keywords: automatic thoughts, satisfaction with life, cognitive therapy with adolescents, adolescence, Cats-N/P

RESUMEN

Esta investigación tiene como objetivo estudiar las propiedades psicométricas de la adaptación portuguesa de *Escala pensamientos automáticos de los Niños - negativo / positivo (Cats-N/P)* e identificar las diferencias según la edad y el sexo, el contenido (Hogendoorn et al., 2010) de los pensamientos automáticos. Los datos fueron obtenidos en una muestra no clínica de 330 niños y adolescentes, entre los 10 y los 19 años. El CATS-N / P presentó una estructura de cinco factores (visión negativa de sí, amenaza social, pensamientos positivos, amenaza física y hostilidad) y buenas consistencias internas. Los resultados sugieren validez divergente y convergente: los jóvenes que reporta más pensamientos positivos presentan mayor satisfacción con la vida, ocurriendo lo inverso en los jóvenes con más pensamientos de visión negativa de sí. No se observaron diferencias entre los grupos de edad en el contenido de los pensamientos automáticos, sin embargo, los pensamientos positivos son más frecuentes en los muchachos y los pensamientos de visión negativa de sí más frecuentes en las niñas.

Palabras clave: pensamientos automáticos, satisfacción con la vida, psicoterapia cognitiva con adolescentes, adolescencia, CATS-N/P

A compreensão dos fatores subjacentes ao desenvolvimento e manutenção das perturbações psicológicas nas crianças e adolescentes é fulcral para o planeamento de intervenções preventivas e remediativas responsivas e eficazes. Os modelos cognitivos da psicopatologia destacam o papel do sistema cognitivo no desenvolvimento das perturbações emocionais, postulando que na sua base se encontra um processamento enviesado que distorce sistematicamente a forma como a pessoa interpreta as experiências. Esse enviesamento,

causado pela existência de crenças centrais e intermédias disfuncionais, expressa-se nos produtos cognitivos, nomeadamente nos pensamentos automáticos, e desencadeia reações comportamentais, emocionais e fisiológicas desajustadas (Beck, 1976, 2005; Beck & Clark, 1988; Beck & Dozois, 2011).

Os pensamentos automáticos refletem a interpretação imediata de uma dada situação ou experiência e ocorrem de forma rápida e espontânea (Beck, 1976). Geralmente, a pessoa não se apercebe da sua presença, mas é possível identificar o seu conteúdo

se o foco atencional lhes for dirigido. A literatura na área tem salientado a relação existente entre pensamentos automáticos disfuncionais e a presença de problemas emocionais e comportamentais na adolescência (Flouri & Panourgia, 2014; González, Rovella, Barbenza, & Rausch, 2012).

Apesar de os pensamentos automáticos assumirem um papel fulcral na terapia cognitiva, têm sido relativamente pouco estudados com a população infantil e juvenil, sobretudo em Portugal. Existem poucos instrumentos de avaliação de pensamentos automáticos devidamente adaptados e aferidos para essa população. De fato, a maioria dos questionários para crianças e jovens procura avaliar os aspetos comportamentais, fisiológicos e emocionais das perturbações psicológicas, deixando de lado os aspetos cognitivos (Schniering & Rapee, 2002). Grande parte dos estudos que focam as cognições apresenta, ainda, algumas limitações, como o fato de utilizarem instrumentos de medida adaptados da população adulta, e não construídos especificamente para a população infanto-juvenil, e de focarem exclusivamente as perturbações de internalização (Schniering & Rapee, 2004). Nesse sentido, Schniering e Rapee (2002) desenvolveram o *Children's Automatic Thoughts Scale (Cats)*, instrumento de autorrelato que avalia pensamentos automáticos disfuncionais relacionados com sintomas de internalização e externalização nas crianças e adolescentes.

Um pressuposto importante do modelo cognitivo-comportamental é a hipótese da especificidade de conteúdo, que refere que é possível associar a cada perturbação psicológica um perfil cognitivo específico, com um tema ou conteúdo cognitivo predominante. Por exemplo, a ansiedade está associada a pensamentos relativos à ameaça física ou psicológica e à vulnerabilidade, e a depressão associa-se a pensamentos dominados pela perda e falha pessoal (Beck, 1976; Beck & Clark, 1988).

Tem sido possível verificar a existência desses perfis cognitivos distintos para a ansiedade e depressão também na população infantil e juvenil (e.g., Ambrose & Rholes, 1993; Jolly & Dykman, 1994; Lerner et al., 1999). Alguns estudos têm também identificado diferenças no conteúdo dos pensamentos das crianças e jovens com perturbações de internalização ou de externalização (Epkins, 2000; Schniering & Rapee, 2002), sendo que as crianças com perturbações de externalização tendem a ter mais pensamentos relacionados com a hostilidade e a atribuição de intenções negativas aos outros (Crick & Dodge, 1994; Dodge & Frame, 1982).

Para avaliar os perfis cognitivos de todo o espectro das perturbações emocionais infantis, o *Cats* inclui autoverbalizações de crianças com diagnóstico clínico de ansiedade, depressão ou perturbação de comportamento, que se agrupam em quatro áreas de conteúdo cognitivo distintas relativas à ameaça física, ameaça social, fracasso pessoal e hostilidade (Schniering & Rapee, 2002). Hogendoorn et al. (2010) desenvolveram o *Children's Automatic Thoughts Scale Negative/Positive (Cats N/P)*, uma adaptação do *Cats* que lhe acrescenta itens relativos a pensamentos positivos. A inclusão de pensamentos positivos torna possível estudar o papel da cognição positiva no ajustamento psicológico. Ingram, Kendal, Siegle e McLaughlin (1995) referem que a ausência de pensamentos positivos pode constituir um aspeto tão importante como a presença de pensamentos negativos no desenvolvimento da perturbação psicológica.

A teoria dos estados da mente (Schwartz & Garamoni, 1986, 1989) propõe que o *distress* ou o bem-estar psicológico é função do rácio de pensamentos positivos para a soma dos pensamentos positivos e negativos que existem em um dado estado da mente. Essa teoria aponta ainda para o fato de que os estados constituídos quase

exclusivamente pela presença de pensamentos positivos ou negativos, ou seja, estados em que não se verifica uma interação ou equilíbrio entre os dois polos do pensamento, não são adaptativos, podendo ser encontrados em determinados casos de psicopatologia (episódios de mania ou hipomania, no caso do predomínio de pensamentos positivos, e episódios de depressão maior ou de pânico, no caso da maior prevalência de pensamentos negativos) (Schwartz & Garamoni, 1986).

Alguns estudos (Calvete & Cardeñoso, 2002; Daleiden, Vasey, & Williams, 1996; Hogendoorn et al., 2012; Ronan & Kendall, 1997) parecem apoiar a adequação dessa teoria na conceptualização da psicopatologia nas crianças e jovens, tendo verificado correlações significativas entre proporções de pensamentos positivos para negativos mais baixas e problemas de internalização. Na presente investigação, pretendemos realizar o estudo psicométrico da adaptação portuguesa da *Cats-N/P*. Estudos anteriores de tradução e adaptação dos itens revelaram uma estrutura fatorial distinta da original (Fernandes, 2012), sendo que, nessa versão, alguns itens da subescala de *ameaça física* agruparam-se com os itens de *fracasso pessoal*, dando origem a uma subescala que foi designada de *visão negativa de si*. A escala é constituída ainda pelas subescalas de *ameaça social*, *pensamentos positivos*, *hostilidade* e *ameaça física* (Fernandes, 2012).

O primeiro objetivo de investigação prende-se com a análise da estrutura fatorial da versão portuguesa da *Cats-N/P*, de modo a verificar se a estrutura obtida no estudo anterior se mantém. O segundo objetivo de investigação é o de explorar diferenças no conteúdo dos pensamentos automáticos em função do sexo e grupo etário dos participantes.

A literatura sobre as diferenças entre sexos indica que os rapazes relatam uma maior frequência de

pensamentos de hostilidade (Hogendoorn et al., 2010; Schniering & Rapee, 2002; Teodoro, Andrade, & Castro, 2013) e de pensamentos positivos do que as meninas (Hogendoorn et al., 2010). Elas, por outro lado, relatam com mais frequência pensamentos relacionados com a ameaça social e o fracasso pessoal (Schniering & Rapee, 2002).

No que diz respeito à relação entre os pensamentos e a idade, os resultados de estudos anteriores têm sido inconsistentes. O estudo de Hogendoorn et al. (2010) aponta para um maior número de pensamentos negativos relativos à ameaça física, ameaça social e fracasso nas crianças relativamente aos adolescentes. No entanto, em outros estudos de adaptação da *Cats*, verificou-se que os adolescentes reportaram um maior número de pensamentos negativos do que as crianças (Erogul, 2013; Sun et al., 2015). Outros autores não encontraram diferenças significativas entre o número de pensamentos inadaptativos e a idade dos jovens (Schniering & Rapee, 2002; Schniering & Rapee, 2004; Teodoro et al., 2013).

Por fim, pretende-se avaliar a validade convergente e discriminante da escala por meio da análise da correlação das subescalas com uma medida de satisfação com a vida. A satisfação com a vida é um processo de avaliação subjetiva, dependente da comparação entre as circunstâncias de vida e um conjunto de critérios ou padrões pessoais considerados adequados ou desejados. Assim, a pessoa sente maior satisfação com a vida na medida em que julga que as suas condições de vida se aproximam desse padrão (Pavot & Diener, 1993). A satisfação com a vida pode ser considerada um importante fator protetor, associado ao desenvolvimento ótimo nas crianças e adolescentes (Antaramian, Huebner, & Valois, 2008; Gadermann, Schonert-Reichl, & Zumbo, 2010), e,

consequentemente, elevados níveis de satisfação com a vida podem ser interpretados como um indicador de adaptação (Cenkseven-Onder, 2012). Assim, esperamos que resultados elevados nas subescalas que contêm itens que refletem

pensamentos automáticos negativos (visão negativa de si, ameaça social, ameaça física e hostilidade) se correlacionem negativamente com os níveis de satisfação com a vida, ocorrendo o inverso com os resultados de pensamentos positivos.

Tabela 1
Distribuição da amostra por sexo e grupo etário

Sexo	Grupo Etário							
	10 – 14 anos		15 – 16 anos		17 – 19 anos		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%
Masculino	98	29.7	44	13.3	43	13	185	56.1
Feminino	78	23.6	36	10.9	31	9.4	145	43.9
Total	176	53.3	80	24.2	74	22.4	330	100

MÉTODO

Participantes

Os dados foram recolhidos a partir de uma amostra não clínica de crianças e jovens que frequentavam um agrupamento de escolas públicas da zona suburbana de Lisboa, constituída por 330 participantes com idades compreendidas entre os 10 e os 19 anos ($M = 14.21$ e $dp = 2.47$). A amostra caracterizou-se por um total de 185 (56.1%) participantes do sexo masculino e 145 (43.9%) do sexo feminino, divididos em três grupos etários, como indicado na Tabela 1.

Instrumentos

Children's Automatic Thoughts Scale Negative/Positive (Cats N/P)

A *Cats-N/P* (Hogendoorn et al., 2010), uma adaptação do *Children's Automatic Thoughts Scale* (Schniering & Rapee, 2002), é uma medida de autorrelato em que as crianças e jovens (entre os 8 e 18 anos) pontuam, em uma escala de Likert de cinco pontos (0 = nunca; 1 = poucas vezes; 2 = algumas vezes; 3 = muitas vezes; 4 = sempre), qual a frequência com que um

determinado pensamento automático ocorreu durante a semana anterior.

É constituída por cinco subescalas: *ameaça física*, *ameaça social*, *fracasso pessoal*, *hostilidade* e *pensamentos positivos*, cada uma delas com dez itens. A escala permite obter um resultado total para cada uma das subescalas, calculado por meio da soma das pontuações e que pode variar entre 0 e 40 pontos. É possível obter também um resultado total de pensamentos negativos, que consiste na soma dos resultados das subescalas *ameaça física*, *ameaça social* e *fracasso pessoal*.

Todas as subescalas demonstraram bons níveis de consistência interna (*ameaça física* $\alpha=.84$; *ameaça social* $\alpha=.89$; *fracasso pessoal* $\alpha=.87$; *hostilidade* $\alpha=.83$ e *pensamentos positivos* $\alpha=.86$). A subescala total de pensamentos negativos também apresentou uma boa consistência interna ($\alpha=.94$). Apresenta também uma validade teste-reteste satisfatória (.62 - .77 para 7-9 semanas e .40 - .62 para 10-21 semanas) (Hogendoorn et al., 2010).

Neste estudo foi utilizada a versão da adaptação portuguesa da *Cats-N/P* (Fernandes, 2012) que é

constituída por 46 itens, distribuídos em 5 subescalas: visão negativa de si ($\alpha=.90$), ameaça social ($\alpha=.88$), hostilidade ($\alpha=.74$), ameaça física ($\alpha=.67$) e pensamentos positivos ($\alpha=.85$).

Escala de Satisfação com a Vida (ESV)

A *ESV* (Diener, Emmons, Larsen, & Griffin, 1985) é constituída por cinco itens cujo objetivo é avaliar como as pessoas se julgam relativamente ao quão satisfeitas se sentem com a sua vida. A *ESV* não pede às pessoas que avaliem domínios específicos da sua vida, permitindo que ponderem, de acordo com os seus critérios pessoais, a importância que atribuem aos domínios que consideram relevantes para uma satisfação global com a sua vida (Diener et al., 1985; Pavot & Diener, 1993).

Os participantes devem indicar, em uma escala de Likert de 7 pontos (1 = fortemente em desacordo; 2 = desacordo; 3 = levemente em desacordo; 4 = nem de acordo nem em desacordo; 5 = levemente em acordo; 6 = acordo; 7 = fortemente de acordo), o seu grau de acordo com cada um dos itens. Para obter o resultado total da escala, devem-se somar as pontuações obtidas em cada um dos itens.

As propriedades psicométricas dessa escala são favoráveis, revelando uma consistência interna de .87 e uma validade teste-reteste de .82. A adaptação dessa escala para a população juvenil portuguesa (Neto, 1993) apresenta também boas propriedades psicométricas ($\alpha=.78$).

Procedimento

Os participantes preencheram os instrumentos de medida em sala de aula, tendo demorado cerca de 30 minutos. Cada sessão de aplicação de instrumentos de medida contou com a presença da investigadora e de um(a) professor(a) da turma e foi precedida de uma breve explicação da tarefa e da natureza voluntária, anónima e confidencial da sua

participação. Os encarregados de educação autorizaram previamente a participação do seu educando por meio de um formulário de consentimento informado que continha uma breve explicação do estudo e dos seus objetivos, uma explicação acerca do carácter voluntário da participação e a garantia de anonimato e confidencialidade dos dados. O projeto do presente estudo foi aprovado pela Comissão Especializada de Deontologia da Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa e pela Direção-Geral da Educação, garantindo o cumprimento de critérios éticos rigorosos.

Procedimento estatístico

O tratamento estatístico dos dados foi realizado com recurso ao software de análise estatística IBM SPSS Statistics 22. Foi realizado o Teste de Kolmogorov-Smirnov com correção de Lilliefors, de forma a verificar a normalidade da distribuição. A distribuição não é normal para as subescalas da *Cats-N/P*. De referir, no entanto, que, de acordo com o teorema do limite central, à medida que a dimensão da amostra aumenta, a distribuição amostral média tende a ser normal. Assim, dado o tamanho da amostra (> 30 participantes), pode assumir-se uma distribuição amostral robusta (Barnes, 1994, citado por Marôco, 2007). O teste de Levene para homogeneidade de variâncias permite assegurar o pressuposto da homocedasticidade para a amostra. Nesse sentido, verifica-se o cumprimento dos pressupostos necessários à utilização de técnicas paramétricas nas análises estatísticas.

Seguidamente, realizou-se o estudo da estrutura fatorial da *Cats-N/P*, recorrendo para isso à análise fatorial de componentes principais, com rotação ortogonal (Varimax), apoiada pelos resultados do Teste de Kaiser-Meyer-Olkin e do Teste de Esfericidade de Bartlett. A determinação do número de fatores a manter apoiou-se na regra de Kaiser e

no *scree plot*. As consistências internas dos instrumentos de medida foram obtidas por meio do cálculo do alfa de Cronbach. As correlações entre os resultados obtidos pelos participantes nas várias subescalas da *Cats-N/P* e na *ESV* foram calculadas por meio do coeficiente de Pearson.

O estudo das diferenças entre os sexos e os grupos etários nos resultados da *CATS-N/P* foi realizado por intermédio de uma análise multivariada da variância (Manova), com recurso ao teste de Lambda de Wilks para a identificação de diferenças significativas entre os grupos.

RESULTADOS

Propriedades psicométricas da Cats-N/P

Foi realizada uma análise fatorial com rotação ortogonal (Varimax), apoiada pelos resultados obtidos no Teste de Kaiser-Meyer-Olkin (KMO =.93) e no Teste de Esfericidade de Bartlett ($p=.000$), que permitem a continuação da análise fatorial (Marôco, 2011; Pallant, 2010). Por meio da análise conjunta do Critério de Kaiser e do *scree plot*, optou-se por manter a estrutura de 5 fatores da versão original do questionário, que explicam 53.39% da variância.

A decisão de manter os itens e selecionar a subescala mais adequada para os enquadrar teve por base os seguintes critérios: a) apresentarem saturações iguais ou superiores a .40 com qualquer um dos fatores; b) o valor da consistência interna da subescala com ou sem o item; c) a coerência teórica com o conteúdo geral da subescala. Na Tabela 2 encontra-se a estrutura obtida por meio dessa análise, bem como as saturações superiores a .40.

As subescalas ameaça social, pensamentos positivos e hostilidade mantiveram uma estrutura semelhante à do estudo anterior (Fernandes, 2012). As principais diferenças surgem nas subescalas visão negativa de si e ameaça física. A primeira, passa a incluir, além dos itens da versão original da

escala *fracasso pessoal*, passou a englobar alguns itens que pertenciam à subescala de *ameaça física* referentes aos outros: itens 14 (“A minha mãe ou o meu pai vão-se magoar”), 28 (“Alguma coisa terrível vai acontecer”), 39 (“Tenho medo que alguém possa morrer”) e 45 (“Vai acontecer alguma coisa a alguém de quem eu gosto”). A subescala *ameaça física*, por sua vez, passa a incluir apenas itens de ameaça ao próprio (e.g., item 6 “Eu vou ter um acidente”).

Todas as subescalas apresentam boas consistências internas, e as correlações entre as subescalas foram estatisticamente significativas (ver Tabela 3). As correlações mais fortes surgem entre a visão negativa de si, ameaça social e ameaça física. Os pensamentos positivos apresentam correlações negativas com as restantes subescalas exceto a de hostilidade que, embora fraca, é significativa (.18).

Análise desenvolvimentista

Para analisar as diferenças desenvolvimentistas relativas à idade e ao sexo dos participantes, realizamos uma análise multivariada da variância (Manova) entre grupo etário e sexo e os pensamentos automáticos. Não se verificou uma influência estatisticamente significativa do grupo etário nem da interação entre o grupo etário e o sexo no conteúdo dos pensamentos automáticos. Verificou-se, no entanto, um efeito principal da variável *sexo* ($\lambda=.90$; $p=.000$) nos pensamentos automáticos, existindo diferenças entre os rapazes e as meninas, nomeadamente na subescala *visão negativa de si*, $F(1, 268)=10.37$, $p=.001$, em que as meninas obtêm resultados médios superiores ($M= 18.90$, $dp= 13.67$) aos dos rapazes ($M=13.83$, $dp= 11.52$). Verificam-se resultados mais elevados nos rapazes do que nas meninas nas subescalas *hostilidade*, $F(1,268)=6.41$, $p=.012$, $M_{rapazes}= 9.53$, $dp= 5.44$, $M_{meninas}=8.10$, $dp= 5.34$, e nos pensamentos positivos, $F(1,268)=13.16$, $p=.000$), $M_{rapazes}=22,85$, $dp = 7.75$, $M_{meninas}=19.54$, $dp=8.15$.

Tabela 2
Estrutura fatorial da Cats-N/P

	Componentes				
	VNS	AS	PP	H	AF
	31,44	10,32	4,60	3,70	3,32
40. Nunca irei ultrapassar os meus problemas	.72				
13. Eu não valho nada	.67				
15. Já nada resulta comigo	.66				
31. Nunca serei tão bom/boa como os outros	.66				
5. Não consigo fazer nada bem	.65				
35. Não vale a pena viver a vida	.63				
32. Sou um/a falhado/a	.64				
44. Odeio-me	.64				
28. Alguma coisa terrível vai acontecer	.57				
20. Sou culpado/a pelas coisas terem corrido mal	.56				
43. Existe alguma coisa errada comigo	.55				
27. Tornei a minha vida numa confusão	.54				
14. A minha mãe ou o meu pai vão-se magoar	.50				
45. Vai acontecer alguma coisa a alguém de quem eu gosto	.49				
39. Tenho medo que alguém possa morrer	.43				
7. Estou preocupado/a que os outros gozem comigo		.82			
24. Tenho receio do que os outros vão pensar de mim		.78			
10. Os outros vão-se rir de mim		.78			
33. Os outros gozam comigo		.72			
16. Vou parecer ridículo/a		.66			
2. Os outros vão pensar que sou estúpido/a		.60			
21. As pessoas pensam coisas más sobre mim		.55			
38. Tenho medo de fazer figuras tristes	.42	.53			
29. Pareço um/a idiota		.49			.43
36. Todos estão a olhar para mim		.41			
19. Só me vão acontecer coisas boas			.76		
30. O meu futuro parece brilhante			.75		
34. Tudo vai correr bem			.68		
42. Sinto-me bem			.66		
3. Eu sei que tudo o que faça vai correr bem			.63		
26. Sinto-me bem comigo próprio/a			.62		
1. Eu aprecio a vida			.61		
17. Os outros compreendem-me			.57		
37. Os jovens da minha idade gostam de mim			.56		
11. Eu não desisto			.50		
22. Se alguém me magoar, também tenho o direito de o/a magoar				.79	
4. Tenho o direito de me vingar de quem merece				.77	
46. As pessoas más merecem ser castigadas				.68	
25. Algumas pessoas têm o que merecem				.58	
8. Os outros são estúpidos				.57	
41. As pessoas tentam sempre meter-me em sarilhos				.47	
9. Eu vou ficar maluco					.68
6. Eu vou ter um acidente					.55
18. Tenho medo de perder o controlo					.50
12. Eu vou morrer					.44
23. Eu vou-me magoar	.55				.43
% Variância Explicada	31.44	10.32	4.60	3.70	3.32

Nota: Análise fatorial método em componentes principais e rotação varimax. Só são apresentados os pesos fatoriais superiores a .40. Designação dos componentes: VNS- Visão Negativa de Si; AS- Ameaça Social; PP- Pensamentos Positivos; H- Hostilidade; AF- Ameaça Física.

Tabela 3

Média, desvio-padrão, consistência interna e correlações entre as subescalas do Cats

	M	dp	α Cronbach	VNS	AS	PP	H	AF
VNS	16.34	12.62	.92	1	.72**	-.46**	.34**	.70**
AS	11.49	8.78	.90		1	-.27**	.39**	.58**
PP	21.64	7.98	.85			1	.18**	-.29**
H	9.12	5.39	.77				1	.33**
AF	4.40	4.15	.73					1

** p < .01

Nota: Designação das subescalas: VNS- Visão Negativa de Si; AS- Ameaça Social; PP- Pensamentos Positivos; H- Hostilidade; AF- Ameaça Física.

Análise da relação entre pensamentos automáticos e satisfação com a vida

A satisfação com a vida foi utilizada como medida da validade divergente e convergente das subescalas da *Cats-N/P*, por permitir aceder à percepção de qualidade de vida dos participantes, sendo um bom indicador do seu ajustamento psicológico. Para proceder a essa análise, utilizou-se o coeficiente de Pearson (ver Tabela 4).

Verifica-se uma correlação negativa e forte entre a visão negativa de si e a satisfação com a vida. Verifica-se também correlações moderadas e negativas entre ameaça física e a satisfação com a vida e entre ameaça social e a satisfação com a vida. A correlação entre hostilidade e o nível de satisfação

com a vida não foi estatisticamente significativa. Por fim, a subescala de *pensamentos positivos* e a satisfação com a vida apresentam uma correlação positiva forte entre si.

DISCUSSÃO

A presente investigação tinha como objetivos principais (1) realizar o estudo psicométrico da versão portuguesa da *Cats-N/P*, (2) explorar diferenças nos pensamentos automáticos, em função do sexo e idade e, por fim, (3) analisar qual a relação entre o conteúdo dos pensamentos automáticos e a satisfação com a vida. Com esse intuito, serão, em seguida, descritos e discutidos os resultados obtidos nessa investigação.

Tabela 4

Correlações de Pearson entre as subescalas da Cats-N/P e a ESV

	Satisfação com a Vida (ESV)
Visão negativa de si	-.54*
Ameaça física	-.32*
Hostilidade	-.10
Ameaça social	-.32*
Pensamentos positivos	.60*

Propriedades psicométricas da escala

Verificamos neste estudo uma estrutura fatorial semelhante à da escala original, exceto no que diz respeito às subescalas de visão negativa de si e de ameaça física, como já tinha acontecido no estudo anterior da escala (Fernandes, 2012).

O fato de alguns itens da subescala original de ameaça física terem saturado no fator visão negativa de si, bem como o de alguns itens da subescala original de visão negativa de si terem apresentado saturações fortes no fator ameaça física podem dever-se a todos esses itens serem referentes a

autoverbalizações internalizantes e negativas. De fato, na subescala de visão negativa de si encontram-se itens relativos à falha pessoal, ao pessimismo relativamente ao futuro e a um sentimento de perigosidade do mundo e dos acontecimentos externos. Na subescala de ameaça física, encontram-se itens que concernem o perigo físico e a perda de controle e de estabilidade emocional e psicológica. As fortes correlações entre essas subescalas e a ameaça social parecem confirmar essa ideia e corroborar o modelo da tríade cognitiva de Beck: visão negativa de si, do mundo e do futuro.

Essas diferenças entre os estudos na composição dessas subescalas podem dever-se aos grupos etários considerados em cada um: os estudos originais de desenvolvimento da escala abrangem participantes entre os 7 e os 16 anos, enquanto o presente estudo envolve participantes mais velhos, entre os 10 e os 19 anos. Assim, é possível que o significado do que é uma ameaça física seja diferente para as crianças mais novas (mais centrados em atentados à sua integridade física e à dos que lhes são próximos) e para as mais velhas (mais centrado na perda de controle e perturbação emocional) (Boyer & Bergstrom, 2010).

Outra hipótese é que podem dever-se a diferenças culturais, dado que, na adaptação brasileira da escala, verificou-se a mesma estrutura em que as dimensões *fracasso pessoal* e alguns itens da *ameaça física* também surgem no mesmo componente da estrutura fatorial (Teodoro et al., 2013).

Todas as subescalas demonstram bons níveis de precisão, apresentando valores de alfa de Cronbach superiores ao recomendado para fins de investigação (>.70, Nunnally, 1978, citado por Marôco & Garcia-Marques, 2006) e que vão ao encontro dos valores encontrados em investigações anteriores (Fernandes, 2012; Hogendoorn et al., 2010).

Análise desenvolvimentista

O segundo objetivo desta investigação era o de proceder à análise de possíveis diferenças no conteúdo dos pensamentos automáticos entre rapazes e meninas e entre os diversos grupos etários. Verifica-se que as meninas reportam significativamente mais pensamentos relativos a uma visão negativa de si (mais relacionados com os comportamentos internalizantes), comparativamente aos rapazes, que referem significativamente mais pensamentos de hostilidade (cujo conteúdo está mais relacionado com comportamentos externalizantes) e mais pensamentos positivos. Igualmente, Hogendoorn et al. (2010) verificaram que os rapazes relatam mais pensamentos de hostilidade e positivos. Esses resultados vão ao encontro da extensa literatura que associa as meninas a uma maior tendência para comportamentos internalizantes, e os rapazes a mais comportamentos externalizantes (ver, por exemplo, Gore, Aseltine, & Colten, 1993; Leadbeater, Blatt, & Quinlan, 1995; Martel, 2013; Nolen-Hoeksema, 1987).

Existem algumas possíveis explicações para essas diferenças. Uma delas prende-se com os processos de socialização, que, geralmente, estimulam o desenvolvimento de diferentes características em rapazes e meninas. Desse modo, as meninas são, geralmente, mais estimuladas a desenvolver melhores competências sociais e a ter uma orientação interpessoal, sendo mais sensíveis às opiniões dos outros (Gore et al., 1993), a problemas nas relações interpessoais e a uma maior dependência do apoio dos pais e pares para lidar com as situações (Leadbeater, Kuperminc, Blatt, & Hertzog, 1999).

Nos rapazes, no entanto, as práticas de socialização encorajam-nos a fazer distinções claras entre eles e os outros (Gore et al., 1993) e dão ênfase à assertividade, diminuindo a importância da autorregulação e da empatia (Leadbeater et al., 1999), o que pode reforçar

sentimentos de distanciamento, que facilitam a expressão de agressividade contra os outros (Leadbeater et al., 1995).

Outros autores têm-se focado na contribuição das variáveis cognitivas para o desenvolvimento dos comportamentos internalizantes e externalizantes e na forma como estas diferem entre rapazes e meninas. Um estudo de Calvete e Cardeñoso (2005) aponta para a existência de perfis cognitivos distintos para meninas e rapazes, em que variáveis como uma orientação negativa para os problemas sociais, maior frequência de cognições negativas sobre o si mesmo, menor frequência de pensamentos automáticos positivos e mais cognições relativas à necessidade de aceitação e aprovação pelos outros podem contribuir para uma maior tendência para a depressão nas meninas.

As meninas parecem também ter um estilo de *coping* mais propenso à ruminação, ou seja, mais internalizante, enquanto os rapazes, geralmente, utilizam estratégias de distração dos sentimentos depressivos mais orientadas para a ação, ou mais externalizantes, o que leva ao desenvolvimento de menos sintomas depressivos, mas a mais problemas de comportamento e abuso de drogas do que nas meninas (Nolen-Hoeksema, 1987). Essas diferenças podem ser devidas a estereótipos de que os rapazes são mais ativos e devem ignorar os seus sentimentos e que as meninas são mais passivas e emotivas (Nolen-Hoeksema, 1987).

Assim, os processos de socialização e os estereótipos de sexo podem levar a que rapazes e meninas se avaliem de forma diferente, sendo as meninas mais vulneráveis a problemas de ajustamento que envolvem processos de autoavaliação (Ruble, Greulich, Pomerantz, & Gochberg, 1993). Estudos mais recentes salientam igualmente o papel de fatores pré-natais hormonais

na vulnerabilidade para o desenvolvimento de perturbações internalizantes e externalizantes com diferente incidência nos dois sexos (Martel, 2013).

Não se verificam diferenças entre as várias faixas etárias no que diz respeito ao conteúdo dos pensamentos automáticos, o que sugere que o conteúdo das cognições se mantém estável ao longo do desenvolvimento na adolescência, em linha com os resultados de estudos anteriores (Schniering & Rapee, 2002; Teodoro et al., 2013), mas ao contrário do verificado em outros estudos (Erogul, 2013; Hogendoorn et al., 2010; Sun et al., 2015). Uma possível explicação pode ser a constituição das amostras: os estudos que não referem diferenças entre idades incluem participantes com uma gama de idades mais limitada (e.g., entre 7 e 16 anos) do que os estudos que relatam diferenças entre grupos etários (e.g., entre 12 e 18 anos).

Relações entre pensamentos automáticos e satisfação com a vida

Verificam-se correlações significativas entre todas as escalas da *Cats-N/P* e a *ESV*, exceto com a de hostilidade. Os resultados indicam que as subescalas de ameaça física e ameaça social apresentam correlações negativas e moderadas com a satisfação com a vida. Por fim, os pensamentos positivos correlacionam-se forte e positivamente com a satisfação com a vida.

Os jovens que reportam mais pensamentos de visão negativa de si, de ameaça física e de ameaça social sentem menos satisfação com a vida, enquanto os adolescentes que reportam mais pensamentos positivos referem um maior nível de satisfação. Esses dados vão ao encontro da literatura que indica que maior frequência de pensamentos positivos está associada a um melhor ajustamento (e.g., Ingram et al., 1995).

CONCLUSÕES

A *Cats-N/P* parece ser uma medida promissora, em termos de dimensões como de consistência interna das diferentes subescalas, para a avaliação de pensamentos automáticos em crianças e adolescentes; no entanto a generalização dos resultados obtidos a outras populações é limitada dado ter incluído apenas uma amostra escolar de conveniência.

Em estudos futuros, é necessário aprofundar a sua validade de construto e utilidade discriminativa clínica, por meio da análise da relação dos vários conteúdos dos pensamentos com escalas de sintomas e da comparação entre amostras clínicas, à semelhança do que tem vindo a ser desenvolvido com versões internacionais da escala (Schniering & Rapee, 2004; Schniering & Lyneham, 2006; Eroglu, 2013; Teodoro et al., 2013).

Relativamente ao estudo desenvolvimentista, não se verificaram diferenças entre os três grupos etários considerados no que diz respeito ao conteúdo dos pensamentos automáticos. No entanto existem diferenças entre os pensamentos mais frequentes reportados por rapazes e meninas: estas relatam visões negativas de si mais elevadas, enquanto os rapazes referem mais pensamentos positivos e de hostilidade. A inclusão de participantes com sintomatologia internalizante (mais presente nas meninas) e externalizante (mais presente nos rapazes) permitiria ajudar a explicar as diferenças entre sexos, do tipo de sintomatologia mais frequente em cada um, por meio da análise do tipo de pensamentos mais frequente para cada perturbação.

Por fim, verificou-se que os jovens que reportam mais pensamentos positivos têm mais satisfação com a vida, ocorrendo o inverso para os jovens com mais pensamentos de visão negativa de si. A utilização da *Cats-N/P* em contexto clínico permitiria analisar a sua sensibilidade a mudanças ocorridas durante o processo terapêutico.

REFERÊNCIAS

- Ambrose, B., & Rholes, W. S. (1993). Automatic cognitions and the symptoms of depression and anxiety in children and adolescents: An examination of the content-specificity hypothesis. *Cognitive Therapy and Research*, 17(2), 153-171.
<https://doi.org/10.1007/BF01172963>
- Antaramian, S. P., Huebner, E. S., & Valois, R. F. (2008). Adolescent life satisfaction. *Applied Psychology: An International Review*, 57(1), 112-126.
<https://doi.org/10.1111/j.1464-0597.2008.00357.x>
- Beck, A. T. (1976). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. Oxford, England: International Universities Press.
- Beck, A. T. (2005). The current state of cognitive therapy: A 40-year retrospective. *Archives of General Psychiatry*, 62(9), 953-959.
<https://doi.org/10.1001/archpsyc.62.9.953>
- Beck, A. T., & Clark, D. A. (1988). Anxiety and depression: An information processing perspective. *Anxiety Research*, 1(1), 23-36.
<https://doi.org/10.1080/10615808808248218>
- Beck, A. T., & Dozois, D. J. A. (2011). Cognitive therapy: Current status and future directions. *Annual Review of Medicine*, 62, 397-409.
<https://doi.org/10.1146/annurev-med-052209-100032>
- Boyer, P., & Bergstrom, B. (2010). Threat-detection in child development: An evolutionary perspective. *Neuroscience Biobehavioral Reviews*, 35(4), 1034-1041.
<https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2010.08.010>
- Calvete, E., & Cardeñoso, O. (2002). Self-Talk in adolescents: Dimensions, states of mind, and psychological maladjustment. *Cognitive Therapy and Research*, 26(4), 473.
<https://doi.org/10.1023/A:1016227817041>

- Calvete, E., & Cardeñoso, O. (2005). Gender differences in cognitive vulnerability to depression and behavior problems in adolescents. *Journal of Abnormal Child Psychology*, *33*(2), 179-192.
<https://doi.org/10.1007/s10802-005-1826-y>
- Cenkseven-Onder, F. (2012). Parenting styles and life satisfaction of Turkish adolescents. *Educational Research and Reviews*, *7*(26), 577-584.
<https://doi.org/10.5897/ERR12.145>
- Crick, N. R., & Dodge, K. A. (1994). A review and reformulation of social information-processing mechanisms in children's social adjustment. *Psychological Bulletin*, *115*(1), 74-101.
<https://doi.org/10.1037/0033-2909.115.1.74>
- Daleiden, E. L., Vasey, M. W., & Williams, L. L. (1996). Assessing children's states of mind: A multitrait, multimethod study. *Psychological Assessment*, *8*(2), 125-134.
<https://doi.org/10.1037/1040-3590.8.2.125>
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, *49*(1), 71-75.
https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13
- Dodge, K. A., & Frame, C. L. (1982). Social cognitive biases and deficits in aggressive boys. *Child Development*, *53*(3), 620-635.
<http://dx.doi.org/10.2307/1129373>
- Epkins, C. C. (2000). Cognitive specificity in internalizing and externalizing problems in community and clinic-referred children. *Journal of Clinical Child Psychology*, *29*(2), 199-208.
https://doi.org/10.1207/S15374424jccp2902_6
- Erogul, A. R. C. (2013). Psychometric properties of the Children's Automatic Thoughts Scale (Cats) in Turkish children with age and gender differences. *Journal of Cognitive & Behavioral Psychotherapies*, *13*(2), <https://doi.org/355-370.10.1037/T42808-000>
- Fernandes, P. M. J. M. (2012). A relação entre pensamentos automáticos, (des)ajustamento psicológico e (in)satisfação com a vida na adolescência [The relationship between automatic thoughts, (des)adjustment psychological and (in)satisfaction with life in adolescence] (Unpublished master's thesis). Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa, Lisboa.
- Flouri, E., & Panourgia, C. (2014). Negative automatic thoughts and emotional and behavioural problems in adolescence. *Child and Adolescent Mental Health*, *19*(1), 46-51.
<https://doi.org/10.1111/camh.12004>
- Gadermann, A. M., Schonert-Reichl, K. A., & Zumbo, B. D. (2010). Investigating validity evidence of the Satisfaction with Life Scale adapted for children. *Social Indicators Research*, *96*(2), 229-247.
<https://doi.org/10.1007/s11205-009-9474-1>
- Gore, S., Aseltine Jr, R. H., & Colten, M. E. (1993). Gender, social-relationship involvement, and depression. *Journal of Research on Adolescence*, *3*(2), 101-125.
http://dx.doi.org/10.1207/s15327795jra0302_1
- González, M., Rovella, A., Barbenza, C., & Rausch, L. (2012). Tendencia a la preocupación y trastorno de ansiedad generalizada en adolescentes: Contribución diferencial de los procesos cognitivos [Tendency to concern and generalized anxiety disorder in adolescents: Differential contribution of cognitive processes]. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación – e Avaliação Psicológica*, *33*(1), 31-50.
- Hogendoorn, S. M., Wolters, L. H., Vervoort, L., Prins, P. J. M., Boer, F., Kooij, E., & Haan, E. (2010). Measuring negative and positive thoughts in children: An adaptation of the Children's Automatic Thoughts Scale (Cats). *Cognitive Therapy and Research*, *34*(5), 467-478.
<https://doi.org/10.1007/s10608-010-9306-2>

- Hogendoorn, S. M., Prins, P. J. M., Vervoort, L., Wolters, L. H., Nauta, M. H., Hartman, C. A., ... Boer, F. (2012). Positive thinking in anxiety disordered children reconsidered. *Journal of Anxiety Disorders*, 26(1), 71-78.
<https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2011.09.003>
- Ingram, R. E., Kendall, P. C., Siegle, G. J., Guarino, J., & McLaughlin, S. C. (1995). Psychometric properties of the Positive Automatic Thoughts Questionnaire. *Psychological Assessment*, 7(4), 495-507.
<https://doi.org/10.1037//1040-3590.7.4.495>
- Jolly, J. B., & Dykman, R. A. (1994). Using self-report data to differentiate anxious and depressive symptoms in adolescents: Cognitive content specificity and global distress? *Cognitive Therapy and Research*, 18(1), 25-37.
<https://doi.org/10.1007/BF02359393>
- Leadbeater, B. J., Blatt, S. J., & Quinlan, D. M. (1995). Gender-linked vulnerabilities to depressive symptoms, stress, and problem behaviors in adolescents. *Journal of Research on Adolescence*, 5(1), 1-29.
https://doi.org/10.1207/s15327795jra0501_1
- Leadbeater, B. J., Kuperminc, G. P., Blatt, S. J., & Hertzog, C. (1999). A multivariate model of gender differences in adolescents' internalizing and externalizing problems. *Developmental Psychology*, 35(5), 1268-1282.
<https://doi.org/10.1037/0012-1649.35.5.1268>
- Lerner, J., Safran, S. A., Henin, A., Warman, M., Heimberg, R. G., & Kendall, P.C. (1999). Differentiating anxious and depressive self-statements in youth: Factor structure of the Negative Affect Self-Statement Questionnaire among youth referred to an anxiety disorders clinic. *Journal of Clinical Child Psychology*, 28(1), 82-93.
https://doi.org/10.1207/S15374424JCCP2801_7
- Marôco, J. (2007). *Análise estatística com o SPSS Statistics* [Statistical analysis with SPSS Statistics] (3rd ed.). Lisboa: Edições Sílabo.
- Marôco, J. (2011). *Análise estatística com o SPSS Statistics* [Statistical analysis with SPSS Statistics] (5th ed.). Pêro Pinheiro: Report Number.
- Marôco, J., & Garcia-Marques, T. (2006). Qual a fiabilidade do alfa de Cronbach? Questões antigas e soluções modernas? [What is the reliability of Cronbach's alpha? Old questions and modern solutions?]. *Laboratório de Psicologia*, 4(1), 65-90.
<https://doi.org/10.14417/LP.763>
- Martel, M. M. (2013). Sexual selection and sex differences in the prevalence of childhood externalizing and adolescent internalizing disorders. *Psychological Bulletin*, 139(6), 1221-1259. <https://doi.org/10.1037/A0032247>
- Neto, F. (1993). The Satisfaction with Life Scale: Psychometric properties in an adolescent sample. *Journal of Youth and Adolescence*, 22(2), 125-134.
<https://doi.org/10.1007/BF01536648>
- Nolen-Hoeksema, S. (1987). Sex differences in unipolar depression: Evidence and theory. *Psychological Bulletin*, 101(2), 259-282.
<https://doi.org/10.1037//0033-2909.101.2.259>
- Pallant, J. (2010). *SPSS survival manual* (4th ed.). Berkshire: McGraw-Hill.
- Pavot, W., & Diener, E. (1993). Review of the Satisfaction With Life Scale. *Psychological Assessment*, 5(2), 164-172.
<https://doi.org/10.1037/1040-3590.5.2.164>
- Ronan, K. R., & Kendall, P. C. (1997). Self-talk in distressed youth: States-of-mind and content specificity. *Journal of Clinical Child Psychology*, 26(4), 330-337.
https://doi.org/10.1207/s15374424jccp2604_1

- Ruble, D. N., Greulich, F., Pomerantz, E. M., & Gochberg, B. (1993). The role of gender-related processes in the development of sex differences in self-evaluation and depression. *Journal of Affective Disorders*, 29(2-3), 97-128.
[https://doi.org/10.1016/0165-0327\(93\)90027-H](https://doi.org/10.1016/0165-0327(93)90027-H)
- Schniering, C. A., & Rapee, R. M. (2002). Development and validation of a measure of children's automatic thoughts: The Children's Automatic Thoughts Scale. *Behaviour Research and Therapy*, 40(9), 1091-1109.
[https://doi.org/10.1016/S0005-7967\(02\)00022-0](https://doi.org/10.1016/S0005-7967(02)00022-0)
- Schniering, C. A., & Rapee, R. M. (2004). The relationship between automatic thoughts and negative emotions in children and adolescents: A test of the cognitive content-specificity hypothesis. *Journal of Abnormal Psychology*, 113(3), 464-470.
<https://doi.org/10.1037/0021-843x.113.3.464>
- Schniering, C. A., & Lyneham, H. J. (2007). The children's automatic thoughts scale in a clinical sample: Psychometric properties and clinical utility. *Behaviour Research and Therapy*, 45(8), 1931-1940.
<https://doi.org/10.1016/j.brat.2006.09.009>
- Schwartz, R. M., & Garamoni, G. L. (1986). *States of Mind Model: Anxiety, depression, and coping with stress*. Paper presented at the 94th Annual Convention of the American Psychological Association, Washington, DC, EUA.
- Schwartz, R. M., & Garamoni, G. L. (1989). Cognitive balance and psychopathology: Evaluation of an information processing model of positive and negative states of mind. *Clinical Psychology Review*, 9(3), 271-294.
[https://doi.org/10.1016/0272-7358\(89\)90058-5](https://doi.org/10.1016/0272-7358(89)90058-5)
- Sun, L., Rapee, R. M., Tao, X., Yan, Y., Wang, S., Xu, W., & Wang, J. (2015). Psychometric properties of the Children's Automatic Thoughts Scale (Cats) in Chinese adolescents. *Child Psychiatry and Human Development*, 46(4), 600-608.
<https://doi.org/10.1007/s10578-014-0500-4>
- Teodoro, M., Andrade, A. A. E., & Castro, H. A. D. M. (2013). Escala de Pensamentos Automáticos para Crianças e Adolescentes (EAP): Adaptação e propriedades psicométricas. *Psico-USF*, 18, 89-98.
<https://doi.org/10.1590/S1413-82712013000100010>

Recebido em 03/07/2018

Revisado em 18/04/2019

Aceito em 18/04/2019