

# Psicologia em Pesquisa

<https://periodicos.ufjf.br/index.php/psicologiaempesquisa>

**Estrutura interna e confiabilidade da Escala de Autorregulação**

**Emocional<sup>1</sup> Versão Adulto (EARE-A)**

**Internal structure and reliability of the Adult Emotional Self-Regulation**

**Scale (EARE-A)**

**Estructura interna y confiabilidad de la Escala de Autorregulación**

**Emocional para Adultos (EARE-A)**

Gustavo Kastien Tartaro<sup>2</sup>, Alexandre José Raad<sup>3</sup> & Makilim Nunes Baptista<sup>4</sup>

---

<sup>1</sup> O presente trabalho baseia-se na tese do autor Alexandre José Raad do Programa de Pós-graduação em Psicologia pela Universidade São Francisco.

<sup>2</sup> Universidade São Francisco. *E-mail:* [kastien.gustavo@gmail.com](mailto:kastien.gustavo@gmail.com) *ORCID:* <https://orcid.org/0000-0002-2659-1430>

<sup>3</sup> Universidade Tiradentes. *E-mail:* [alex.raad@gmail.com](mailto:alex.raad@gmail.com) *ORCID:* <https://orcid.org/0000-0002-2449-5832>

<sup>4</sup> Universidade São Francisco. *E-mail:* [makilim01@gmail.com](mailto:makilim01@gmail.com) *ORCID:* <https://orcid.org/0000-0001-6519-254X>



*Informações do Artigo:**Gustavo Kastien Tartaro*[kastien.gustavo@gmail.com](mailto:kastien.gustavo@gmail.com)*Recebido em: 07/04/2022**Aceito em: 22/04/2023***RESUMO**

A autorregulação emocional diz respeito à capacidade de controlar e modular emoções. O objetivo deste estudo foi investigar a estrutura interna da Escala de Autorregulação Emocional Versão Adulto (EARE-A), que avalia estratégias da autorregulação emocional específicas da emoção “tristeza”. A amostra foi constituída por 632 universitários da região Nordeste do Brasil, com idades entre 18 e 58 ( $M = 23,8$ ;  $DP = 8,1$ ) anos, maioria mulheres (66,7%). Foram rodadas análises quantitativas, obtendo solução de 4 fatores por apresentar melhor coerência teórica e ajuste. A EARE-A se mostrou uma medida estável e com adequados índices psicométricos.

**PALAVRAS-CHAVE:**

Regulação Emocional; Avaliação Psicológica; Emoção; Depressão.

**ABSTRACT**

Emotional self-regulation is the ability to control and modulate emotions. The aim of this study was to investigate the internal structure of the Adult Emotional Self-Regulation Scale (EARE-A), which assesses emotional self-regulation strategies specific to the emotion “sadness”. The sample consisted of 632 university students from the Northeast region of Brazil, aged between 18 and 58 ( $M = 23.8$ ;  $SD = 8.1$ ) years, mostly women (66.7%). Quantitative analyzes were performed, obtaining a 4-factor solution for presenting better theoretical coherence and fit. The EARE-A proved to be a stable measure with adequate psychometric indices.

**KEYWORDS:**

Emotional Regulation; Psychological Assessment; Emotion; Depression.

**RESUMEN**

La autorregulación emocional se refiere a la capacidad de controlar y modular emociones. El objetivo de este estudio fue investigar la estructura interna de la Escala de Autorregulación Emocional Versión Adulto (EARE-A), que evalúa estrategias de autorregulación emocional específicas de la emoción “tristeza”. La muestra estuvo compuesta por 632 estudiantes universitarios de la región Nordeste de Brasil, con edades entre 18 y 58 ( $M = 23,8$ ;  $SD = 8,1$ ) años, en su mayoría mujeres (66,7%). Se realizaron análisis cuantitativos, obteniendo una solución de 4 factores por presentar mejor coherencia teórica y ajuste. La EARE-A demostró ser una medida estable con índices psicométricos adecuados.

**PALABRAS CLAVE:**

Autorregulación Emocional; Evaluación psicológica; Emoción; Depresión.

A autorregulação emocional tem ganhado enfoque nas últimas décadas, principalmente por diversas psicopatologias apresentarem défices em relação a esta habilidade psicológica na forma de desregulação emocional, compreendida como a dificuldade ou inabilidade de controlar as emoções durante experiências que exigem o processamento adequado dos fatores emocionais (Cludius et al., 2020). As diferentes emoções – sejam básicas, como alegria, tristeza, raiva ou medo – ou secundárias – como ansiedade e euforia – são úteis na vida das pessoas, auxiliando na escolha de respostas adaptativas para enfrentar as dificuldades ao longo da vida. Desta forma, a autorregulação emocional é um construto psicológico definido pelo modo com que o indivíduo lida com suas emoções, principalmente durante eventos estressores,

envolvendo compreender, equilibrar e decidir de que maneira lidar com as emoções (McRae & Gross, 2020; Raad, 2019;).

A autorregulação emocional tem seu surgimento logo nos primeiros anos da infância, se estendendo ao longo da vida. A forma com que os indivíduos manejam suas emoções são influenciadas por fatores ambientais, como oferta de cuidado durante a infância e adolescência e experiências de aprendizagem nas fases de desenvolvimento posterior (Girme et al., 2020; Linhares et al., 2015; Vohs & Baumeister, 2016).

Este construto é definido na literatura de forma multidimensional. Segundo Raad (2019), autores como Weiss et al. (2015) descrevem aspectos mais específicos da autorregulação emocional: (a) Avaliação, compreensão e aceitação emocional; (b) Capacidade de controlar comportamentos impulsivos e envolver-se em comportamentos responsáveis por emoções negativas; (c) Aplicação flexível de estratégias adequadas para modular a intensidade e a duração das respostas emocionais. O ápice da autorregulação acontece quando os indivíduos demonstram respostas mentais ou comportamentais para aumentar a possibilidade de alcançar objetivos-chave, e esse processo envolve ter um objetivo consciente, avaliar o progresso do objetivo e, se necessário, alterar o comportamento. (Vohs & Baumeister, 2016; Raad, 2019).

As teorias acerca da autorregulação emocional são ainda representadas pela quantidade de instrumentos existentes internacionalmente para a sua avaliação, em sua maioria, inventários e escalas de autorrelato. No entanto, a variedade de medidas de avaliação da autorregulação emocional apropriadas para o cenário brasileiro é limitada, necessitando de pesquisas para elaborar novos instrumentos adequados a diferentes faixas etárias (Raad, 2019). Neste sentido, Noronha et al. (2018) descrevem que, entre os instrumentos disponíveis para uso no Brasil em versões adaptadas, figuram o *Emotion Regulation Profile* (ERP; Gondim et al., 2015) e o *Emotional Regulation Questionnaire* (ERQ; Batistoni et al., 2013).

O ERP possui 15 cenários que descrevem diferentes situações que promovem emoções negativas e positivas. O avaliado é solicitado a responder como agiria considerando oito reações possíveis, das quais quatro são adaptativas e funcionais e quatro desadaptativas e disfuncionais (Gondim et al., 2015). Segundo Raad (2019), no Brasil o ERP foi analisado com amostra de 686 pessoas (idades variando de 18 a 51 anos), através de análises fatoriais exploratórias e confirmatórias, os resultados demonstraram uma estrutura de dois fatores capaz de explicar 40,5% da variância, sendo o primeiro fator nomeado de regulação das emoções negativas ( $\alpha$  de Cronbach = 0,73), com média de cargas fatoriais de 0,55, e o segundo, regulação de emoções positivas ( $\alpha$  de Cronbach = 0,67), com média de cargas fatoriais de 0,69. Entre si, os dois fatores apresentaram correlação positiva e moderada de 0,50.

Segundo Raad (2019), o ERQ por sua vez, é uma escala de autorrelato que possui 10 itens para avaliar duas estratégias de autorregulação emocional: supressão das emoções e reavaliação cognitiva. No Brasil, o ERQ foi analisado em amostra de 153 pessoas (idades variando de 60 a 85 anos). Foram encontrados dois fatores, o primeiro nomeado de reavaliação cognitiva ( $\alpha = 0,75$ ); e o segundo nomeado de supressão emocional ( $\alpha = 0,69$ ), as cargas fatoriais variaram entre 0,55 e 0,83, com correlação entre si positiva de 0,24 (Batistoni et al., 2013).

Considerando as características dos instrumentos disponíveis no Brasil sobre autorregulação emocional, Noronha et al. (2018) realizaram a construção da Escala de Autorregulação Emocional para adultos (EARE-A) enfatizando a emoção tristeza. Sendo assim, a escala tem como diferencial a proposta de avaliar as estratégias de regulação emocional somente em relação a esta emoção. A EARE-A (Noronha et al., 2018), se apresenta de modo diferente das escalas ERP e ERQ que oferecem a descrição de cenário pré-estabelecido ou com apenas duas estratégias de autorregulação, em suas instruções, é solicitado que o avaliado responda com base em algum evento de seu cotidiano capaz de gerar tristeza.

A escala foi inicialmente disposta em 83 itens que representam 12 dimensões criadas a partir das diferentes perspectivas teóricas relativas à autorregulação emocional. Após análises fatoriais iniciais, o instrumento passou por redução, chegando a 34 itens com cargas fatoriais superiores a 0,50 em estrutura com quatro fatores: estratégias adequadas de enfrentamento; externalização da agressividade; pessimismo; e *freezing* (paralisação). Por fim, este modelo foi capaz de explicar 62,6% da variância total da EARE-A (Noronha et al., 2018; Raad, 2019).

Dada a exposição dos dados relativos a instrumentos para a avaliação de autorregulação emocional, o presente estudo, portanto, pretende apresentar a investigação de algumas propriedades psicométricas da EARE-A em uma amostra da região nordeste do Brasil. Será analisada a estrutura fatorial interna da EARE-A, a partir de modelos de Análise Fatorial Exploratória e Análise Fatorial Confirmatória. É esperado encontrar uma estrutura interna de quatro fatores similar à apresentada por Noronha et al. (2018) nos primeiros estudos de validade da escala, com cargas fatoriais e índices de ajustes e confiabilidade adequados.

## Método

### Participantes

A amostra total foi composta por 632 universitários com idades entre 18 e 58 ( $M = 23,8$ ;  $DP = 8,1$ ) anos, de ambos os sexos, em sua maioria mulheres (66,7%), de diferentes cursos e níveis socioeconômicos do Estado do Sergipe, região Nordeste do Brasil. Quanto ao estado civil, a prevalência foi para pessoas solteiras (83,6%), com nível de escolaridade superior incompleto (90,9%). Acerca do curso superior que prestavam, 48,6% cursavam psicologia e 51,4% cursavam outras graduações.

## Instrumentos

EARE-A (Noronha et al., 2018). Desenvolvida para avaliar estratégias e características de autorregulação emocional a respeito da tristeza. Possui 34 itens com uma estrutura de quatro fatores, que explicam 62,6% da variância dos dados, com cargas fatoriais variando de 0,52 a 0,98. Os quatro fatores foram denominados: (a) Estratégias Adequadas de Enfrentamento (p.ex., “Tento me acalmar”): 15 itens, com variância de 32,5% ( $\alpha = 0,954$ ); (b) Externalização da Agressividade (p.ex., “Quero bater nos outros”): sete itens, com variância de 3,7% ( $\alpha = 0,877$ ); (c) Pessimismo (p.ex., “Acredito que tudo vai piorar”): seis itens, com variância de 6,4% ( $\alpha = 0,958$ ); e (d) *Freezing* (Paralisação); (p. ex., “Não sei o que fazer”): seis itens, com variância explicada de 20,3% ( $\alpha = 0,866$ ).

## Procedimentos

Após a aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa (CAAE: 42917015.4.0000.5514) e autorização da universidade privada em que se realizou as coletas, os estudantes foram convidados a participar voluntariamente da pesquisa. A administração da coleta foi realizada sob responsabilidade de um dos autores em salas de aula de modo coletivo. A todos os participantes que aceitaram participar do estudo, foi entregue e lido o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Após isto responderam ao questionário de identificação junto ao questionário contendo a EARE-A.

## Análise de Dados

A fim de investigar a estrutura fatorial interna da EARE-A e compará-la à estrutura proposta pelo estudo psicométrico prévio da escala (Noronha et al., 2018), a amostra total ( $n = 632$ ) foi dividida em duas metades iguais. As mesmas receberam o nome de amostra 1 ( $n = 316$ ) e amostra 2 ( $n = 316$ ).

Na amostra 1, foi conduzida uma Análise Fatorial Exploratória (AFE) utilizando o método de estimação *Weighted Least Squares Means and Variance Adjusted (WLSMV)* no software Mplus, versão 7.0, dada a natureza categórica ordinal das respostas aos itens da escala. Em primeira instância, o número de fatores a serem retidos foi definido a partir do método de Análise Paralela (AP). Para a AFE e Análises Fatoriais Confirmatórias (AFCs), foram calculados índices *Comparative Fit Index (CFI)*, *Tucker Lewis Index (TLI)* e *Root Mean Square Error of Approximation (RMSEA)* com intervalo de confiança de 90% e *Standardised Root Mean Residual (SRMR)*.

Valores de *CFI* e *TLI* iguais ou mais altos do que 0,90 representam ajuste aceitável e iguais ou mais altos que 0,95, ajuste ótimo. Valores de *RMSEA* e *SRMR* iguais ou mais baixos que 0,08 representam ajuste aceitável e iguais ou mais baixos que 0,05, ajuste ótimo (Brown, 2006; Hu & Bentler, 1999).

Na amostra 2, foram conduzidas AFCs utilizando método de estimação *WLSMV* para verificar o ajuste da estrutura proposta pela AFE com a amostra 1 e o ajuste da estrutura original de quatro fatores proposta pelos estudos psicométricos prévios da escala. Foram calculados índices *CFI*, *TLI* e *RMSEA* com intervalo de confiança de 90% para as AFCs. Pesos de regressão padronizados (cargas fatoriais) dos itens em cada fator foram calculados tanto na AFE quanto nas AFCs e considerados adequados se iguais ou superiores a 0,30. Para a avaliação das evidências de confiabilidade da EARE-A, foram calculados os coeficientes de confiabilidade composta (Raykov, 1997) e variância média extraída (Valentini & Damásio, 2016) para análise da precisão dos escores dos fatores. Foram utilizados os softwares IBM (2017) SPSS versão 25 e Mplus versão 7 (Muthén & Muthén, 2012).

## Resultados

A extração e retenção dos fatores pela AP indicou o número de três fatores. A Tabela 1 apresenta os índices de ajuste da AFE com três fatores conduzida a partir do método de estimação *WLSMV* com a amostra 1. A estrutura de três fatores apresentou índices de ajuste aceitáveis (*CFI* e *TLI* > 0,90 e *RMSEA* e *SRMR* < 0,08). Com a amostra 2 do banco, foram testados modelos confirmatórios com três e quatro fatores, este último provindo do estudo original da EARE, como podem ser visto na Tabela 1.

**Tabela 1**

*Índices de ajuste dos modelos testados por Análises Fatoriais Exploratória e Confirmatória*

	$\chi^2$	df	CFI	TLI	RMSEA 90% CI	SRMR
AFE – 3 fatores*	1243.54	462	.934	.919	.073 [.068 - .078]	.063
AFC – 3 fatores (estrutura proposta pela AFE)**	1069.06	524	.957	.954	.057 [.053 - .062]	-----
AFC – 4 fatores (estrutura original estudos prévios)**	972.16	521	.964	.961	.052 [.047 - .058]	-----

Nota. \*  $p < 0,05$ ; \*\*  $p < 0,01$

A distribuição dos itens nos três fatores extraídos e suas respectivas cargas fatoriais estão descritas na Tabela 2. O primeiro fator foi composto por quinze itens referentes a estratégias adequadas de enfrentamento e avaliação positiva da experiência. O segundo fator foi composto por doze itens referentes a estratégias desadaptativas de pessimismo, negativismo, *freezing* e incompreensão. O terceiro fator foi composto por sete itens referentes a estratégias desadaptativas de externalização da agressividade. No entanto, é preciso ressaltar que todos os itens do fator 3 apresentaram cargas cruzadas (ou seja, acima de 0,40) com o fator 2. Em alguns casos, tais cargas foram mais altas no fator 2 do que no fator 3 (itens 7, 29 e 32), mas uma vez que a escrita dos itens se relacionava à exteriorização de agressividade, estes itens foram mantidos no fator 3. Alguns itens apresentaram ainda cargas cruzadas em sentidos



inversos entre fatores: os itens 25 e 26 entre os fatores 1 (com carga positiva) e 3 (com carga negativa); e os itens 21 e 22 entre os fatores 2 (com carga positiva) e 3 (com carga negativa).

Após a realização da AFE e verificação do modelo, como demonstrado na Tabela 1, foram conduzidas duas AFCs a partir do método de estimação *WLSMV* com a amostra 2. Foram testados o modelo da estrutura de três fatores proposta pela AFE com a amostra 1 do banco e o modelo da estrutura original de quatro fatores proposta pelo estudo psicométrico prévio da escala (Noronha et al., 2018). Ambos os modelos apresentaram bons índices de ajuste (*CFI* e *TLI* > 0,95 e *RMSEA* < 0,08).

**Tabela 2**

*Distribuição dos itens e cargas fatoriais via Análise Fatorial Exploratória para a Escala de Autorregulação Emocional Versão Adulto*

	Fator 1 Estratégias Adequadas de Enfrentamento	Fator 2 – Pessimismo e <i>Freezing</i>	Fator 3 – Externalização da Agressividade
Item 13	0,855*	-0,001	0,049
Item 12	0,835*	-0,020	0,112
Item 10	0,818*	0,012	0,040
Item 09	0,797*	-0,104	0,005
Item 14	0,787*	0,007	-0,047
Item 27	0,738*	0,150	0,066
Item 11	0,730*	-0,074	-0,091
Item 26	0,723*	0,039	-0,404***
Item 08	0,697*	0,032	-0,039
Item 03	0,697*	-0,050	0,042
Item 25	0,672*	-0,003	-0,408***
Item 28	0,593*	0,247	-0,117
Item 34	0,576*	0,120	0,076
Item 18	0,446*	-0,140	-0,033
Item 01	0,396*	-0,071	0,004
Item 22	-0,036	0,907**	-0,323***
Item 21	0,027	0,854**	-0,309***
Item 23	0,006	0,833**	-0,222
Item 20	-0,027	0,829**	-0,184
Item 17	0,174	0,695**	0,247
Item 19	0,263	0,669**	-0,006
Item 04	-0,069	0,650**	0,059
Item 24	0,165	0,650**	-0,157
Item 16	0,151	0,640**	0,207
Item 02	0,056	0,608**	0,014
Item 06	0,125	0,590**	0,162
Item 05	0,273	0,580**	-0,039
Item 30	0,013	0,456**	0,624***
Item 31	-0,021	0,470**	0,612***
Item 15	-0,003	0,472**	0,528***
Item 33	-0,069	0,417**	0,477***
Item 29	0,028	0,509**	0,461***
Item 32	0,021	0,427**	0,385***
Item 07	-0,105	0,565**	0,351***

Nota. \*Fator 1; \*\* Fator 2; \*\*\*Fator 3.

As Tabelas 3 e 4 descrevem as cargas fatoriais dos itens nos modelos testados por AFC das estruturas de três e quatro fatores, respectivamente. Em ambas as análises, todos os itens demonstraram cargas adequadas (acima de 0,30) nos fatores a que foram alocados.

Quanto às evidências de confiabilidade da EARE-A para o modelo de três fatores, os resultados indicaram bons índices de confiabilidade composta, com valores entre 0,863 e 0,944 (Tabela 3). Os valores de variância média extraída foram bons para o fator 1 (0,502) e o fator 2 (0,594), tendo somente o fator 3 ficado abaixo de 0,50 (0,478) (Tabela 3). Para o modelo de quatro fatores, os resultados também indicaram bons índices de confiabilidade composta, com valores entre 0,863 e 0,952 (Tabela 4). De forma similar, os valores de variância média extraída foram bons para o fator 1 (0,502), o fator 2 (0,528) e o fator 3 (0,770), tendo somente o fator 4 ficado abaixo de 0,50 (0,478) (Tabela 4).

Os resultados quanto aos índices de ajuste e cargas fatoriais nas AFCs e os resultados de confiabilidade composta e variância média extraída sustentam a estabilidade dos escores dos fatores nos modelos de três e de quatro fatores da EARE-A. No presente trabalho, elegeu-se o modelo de quatro fatores como o mais adequado por diversas razões: (a) por apontar uma estrutura inicial já existente com outra amostra cultural brasileira; (b) o modelo de quatro fatores apresentou índices de ajuste melhores do que o de três fatores; (c) devido à interpretabilidade teórica estar mais coerente com a literatura; e (d) inexistência de cargas cruzadas importantes. Portanto, o estudo evidenciou a estrutura composta pelo Fator 1 – Estratégias Adequadas de Enfrentamento, que é composto por 15 itens (1, 3, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 18, 25, 26, 27, 28 e 34), que avaliam a capacidade de solucionar problemas, refletir sobre os próprios sentimentos e fazer outras atividades proativas ao vivenciar a tristeza. O Fator 2 – *Freezing*, que é composto por 6 itens invertidos (2, 4, 5, 6, 16 e 17), que possuem como foco a capacidade de encontrar soluções adequadas ao vivenciar emoções negativas ou ficar paralisado, pensando sem parar na situação. O Fator 3 – Pessimismo, composto por 6 itens invertidos (19, 20, 21, 22, 23 e 24), que avaliam a visão negativa do futuro e sentimentos de inferioridade ao vivenciar a tristeza. Por último, o Fator 4 – Externalização da Agressividade, composto por 7 itens invertidos (7, 15, 29, 30, 31, 32 e 33), para as ações que indicam raiva,

agressividade e irritação com o externo com a responsabilização dos outros pelo que sente (Noronha et al., 2018).

### Tabela 3

*Distribuição dos itens e cargas fatoriais via Análise Fatorial Confirmatória para a Escala de Autorregulação Emocional Versão Adulto*

	Fator 1 – Estratégias Adequadas de Enfrentamento	Fator 2 – Pessimismo e <i>Freezing</i>	Fator 3 – Externalização da Agressividade
Item 10	0,855		
Item 13	0,854		
Item 27	0,821		
Item 14	0,802		
Item 28	0,791		
Item 12	0,790		
Item 26	0,789		
Item 25	0,725		
Item 08	0,674		
Item 11	0,667		
Item 34	0,645		
Item 09	0,644		
Item 03	0,601		
Item 01	0,405		
Item 18	0,321		
Item 22		0,934	
Item 21		0,898	
Item 23		0,888	
Item 20		0,849	
Item 19		0,833	
Item 17		0,831	
Item 24		0,780	
Item 16		0,773	
Item 05		0,728	
Item 02		0,571	
Item 04		0,505	
Item 06		0,493	
Item 29			0,857
Item 32			0,743
Item 15			0,717
Item 31			0,685
Item 30			0,652
Item 07			0,581
Item 33			0,560
CC	0,935	0,944	0,863
VME	0,502	0,594	0,478

*Nota.* CC: Coeficiente de Confiabilidade Composta; VME: Variância Média Extraída

**Tabela 4**

*Cargas fatoriais dos itens no modelo de quatro fatores testado por Análise Fatorial Confirmatória para a Escala de Autorregulação Emocional Versão Adulto*

	Fator 1 – Estratégias Adequadas de Enfrentamento	Fator 2 – <i>Freezing</i>	Fator 3 – Pessimismo	Fator 4 – Externalização da Agressividade
Item 10	0,855			
Item 13	0,854			
Item 27	0,820			
Item 14	0,802			
Item 28	0,791			
Item 12	0,790			
Item 26	0,788			
Item 25	0,725			
Item 08	0,675			
Item 11	0,667			
Item 09	0,644			
Item 34	0,644			
Item 03	0,601			
Item 01	0,405			
Item 18	0,322			
Item 17		0,907		
Item 16		0,830		
Item 05		0,810		
Item 02		0,629		
Item 04		0,558		
Item 06		0,541		
Item 22			0,938	
Item 21			0,907	
Item 23			0,898	
Item 20			0,861	
Item 19			0,858	
Item 24			0,796	
Item 29				0,858
Item 32				0,743
Item 15				0,717
Item 31				0,685
Item 30				0,651
Item 07				0,581
Item 33				0,559
CC	0,935	0,866	0,952	0,863
VME	0,502	0,528	0,770	0,478

*Nota.* CC: Coeficiente de Confiabilidade Composta; VME: Variância Média Extraída

## **Discussão**

O objetivo principal deste estudo foi avaliar a estrutura interna da escala EARE-A a partir de modelos diferentes (AFE e AFC) em amostra culturalmente diferente do estudo original. Assim, ressalta-se que estratégias adequadas refletem a capacidade de solucionar problemas, de buscar executar outros comportamentos quando se vivencia a tristeza e a reflexão sobre os próprios sentimentos (Raad, 2019).

Além disso, comporiam este grupo de estratégias: acessar estratégias de regulação emocional ao percebê-las eficazes, rejeitar comportamento impulsivo, ser capaz de se engajar em comportamentos direcionados a uma meta, esquivar-se de emoções negativas, controlar comportamentos impulsivos na ocorrência de experiências negativas, ser capaz de modificar a compreensão das emoções e aceitá-las. Neste sentido, escalas com propriedades psicométricas adequadas podem ser consideradas importantes fontes de avaliação do construto (Weiss et al., 2015; Raad, 2019).

Um importante diferencial da EARE-A é realizar a avaliação de apenas uma emoção básica, ou seja, a tristeza, evitando com que a pessoa pense em uma mesma situação e discrimine várias emoções ao mesmo tempo. Durante a avaliação da estrutura interna da EARE-A, a AP idealmente indicou três fatores com índices de ajustes adequados. No entanto, no trabalho de Noronha et al. (2018), a AP indicou quatro fatores testados em análises fatoriais exploratórias que foi capaz de aglutinar itens coerentes com a literatura / fator, além de apresentar maior adequação que o modelo de três fatores.

Considerando que os itens do fator três apresentam cruzamento de cargas com o fator dois e no modelo de quatro fatores há distribuição mais harmônica em relação à literatura / fator, somando-se as evidências estatísticas, optou-se pela utilização do modelo de quatro fatores com melhores índices de ajuste. Segundo Raad (2019), a divisão em número maior de fatores é presente na literatura (p.ex.: Santana & Gondim, 2016, que utilizaram uma divisão na

avaliação de estratégias de oito estilos, sendo quatro adaptativos e quatro desadaptativos).

Gratz e Roemer (2004), ao avaliarem a estrutura interna da DERS, encontraram seis fatores independentes, eliminando-se também aqueles itens com cargas cruzadas. Os fatores foram nominados de “não aceitação”, “dificuldades de envolvimento em comportamentos direcionados à meta”, “dificuldade de controle de impulso”, “falta de consciência emocional”, “acesso limitado à estratégias de regulação emocional” e “falta de clareza emocional”.

Interessante notar que os fatores da EARE-A encontrados no presente estudo englobam os fatores do instrumento DERS; a exemplo, o fator “estratégias adequadas de enfrentamento” da EARE-A apresenta atitudes inversas aos fatores “não aceitação” e “acesso limitado à estratégias de regulação emocional”. O fator *freezing*, que reflete a capacidade de encontrar soluções adequadas ao vivenciar emoções negativas ou ficar paralisado, engloba dois fatores da DERS: a “falta de clareza emocional” e “dificuldades de envolvimento em comportamentos direcionados à meta”.

O fator “pessimismo”, por sua vez, contempla a “falta de consciência emocional” e “falta de clareza emocional”, por se referir às expectativas negativas relacionadas ao futuro e pouco conhecimento acerca de suas próprias emoções. Por último, o fator externalização da agressividade da EARE, apresentou coerência teórica com os fatores “dificuldade de controle de impulso” e “falta de consciência emocional” da DERS, pois há comportamentos de agressividade e irritação direcionadas ao ambiente externo ao *Self*, refletindo falta de controle dos impulsos e de consciência acerca das próprias emoções. Entretanto, vale ressaltar a importância de estudos que possam correlacionar os fatores de ambos os instrumentos no futuro com o intuito de observar uma associação também empírica (Gratz & Roemer, 2004; Noronha et al., 2018).

Ainda, um estudo de validação e adaptação transcultural da DERS ao cenário brasileiro encontrou a solução de apenas três fatores, recebendo a nomenclatura de “falta de estratégias de regulação emocional”, “consciência emocional” e “dificuldade em controle de impulso” (com coeficiente de confiabilidade  $\alpha$  variando entre 0,68 e 0,88) diferente da versão de Portugal, com a estrutura original de 6 fatores ( $\alpha$  variando entre 0,74 a 0,88) de Gratz e Roemer (2004). Já os estudos com a ERQ demonstram melhor adequação para dois fatores. Batista e Noronha (2018) apresentam, em artigo de revisão, as escalas *Emotional Regulation Strategies Scale for Adults* (ERSSA) com os fatores “tristeza”, “raiva” e “felicidade” ( $\alpha$  variando entre 0,61 a 0,69). Para os autores, dentre estes instrumentos citados, a DERS demonstra ser um instrumento mais específico para autorregulação emocional, dado interessante ao notar a associação entre os fatores da DERS e da EARE, com destaque para a EARE em relação aos coeficientes de confiabilidade obtidos (confiabilidade composta = 0,86 a 0,94).

Assim, a opção no presente estudo de utilizar o modelo de quatro fatores para a EARE-A, oferece uma perspectiva mais explicativa das diferentes formas de regulação emocional descritas na literatura e torna os resultados comparáveis com estudos prévios (Gratz & Roemer, 2004; Noronha et al., 2018; Santana & Gondim, 2016;). Ainda, este modelo faz com que o instrumento não fique limitado ao avaliar um número reduzido de aspectos regulatórios como a ERP que segundo Gondim et al. (2015), centra-se em dois mecanismos: *Down Regulation* e *Up Regulation*. Assim, a estrutura de quatro fatores apresentada neste trabalho, apesar de apresentar um fator referente à externalização da agressividade, se assemelha aos descritores de Gratz e Roemer (2004), com nomenclaturas coincidentes: pessimismo, estratégias adequadas de enfrentamento e paralisação.



O modelo de quatro fatores apresentou apenas um item com carga fatorial próxima de 0,32 e outro, de 0,41, sendo o restante dos itens acima de 0,50, além de adequados índices de estrutura interna e confiabilidade. Assim, mesmo em uma amostra culturalmente diferente, parece haver certa estabilidade no modelo de quatro fatores encontrados por Noronha et al. (2018), confirmando alguma replicabilidade em amostras diferentes (Osborne, 2015). Em relação às evidências de confiabilidade do instrumento avaliado, os fatores variaram de 0,86 (externalização da agressividade) até 0,95 (fator de pessimismo) similarmente ao estudo de Noronha et al., (2018). A replicação com amostra de Estado diferente no Brasil pode fornecer sustentações às evidências de validade e de confiabilidade da EARE-A como instrumento estável em amostra culturalmente diferente (Raad, 2019).

Acerca das limitações, cabe ressaltar que o caminho adotado durante a pesquisa é passível de críticas, uma vez que a divisão da amostra total em duas amostras menores para análises diferentes pode resultar em redução de poder amostral. Embora os índices encontrados demonstrem-se aceitáveis, estudos futuros poderão observar tal questão, bem como focar as evidências de validade da EARE-A com outras variáveis, avaliando a relação entre autorregulação emocional e outros construtos (a exemplo, depressão em amostras específicas), além de ampliar amostras de outras regiões e, quiçá de outros países, permitindo uma análise de invariância multigrupo, a fim de se verificar se a estrutura se mantém nos níveis escalar, métrico e configural (Chin et al, 2016) em outros países.

## Referências

- Batista, H. H. V., & Noronha, A. P. P. (2018). Instrumentos de autorregulação emocional: Uma revisão de literatura. *Avaliação Psicológica*, 17(3), 389–398. <https://doi.org/10.15689/ap.2018.1703.15643.12>
- Batistoni, S. S. T., Ordonez, T. N., Silva, T. B. L., Nascimento, P. P. P. & 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://www.redalyc.org/html/188/18826165001/>
- Brown, T. A. (2006). *Confirmatory factor analysis for applied research*. The Guilford Press.
- Chin, W. W., Mills, A. M., Steel, D. J., & Schwarz, A. (2016). Multi-group invariance testing: An illustrative comparison of PLS permutation and covariance-based SEM invariance analysis. In H. Abdi, V. E. Vinzi, G. Russolillo, G. Saporta, & L. Trinchera (Eds.), *The multiple facets of partial least squares and related methods, Springer Proceedings in Mathematics & Statistics 173* (pp. 267–284). Springer International Publishing.
- Cludius, B., Mennin, D., & Ehring, T. (2020). Emotion regulation as a transdiagnostic process. *Emotion* 20(1), 37–42. <https://doi.org/10.1037/emo0000646>
- Girme, Y. U., Jones, R. E., Fleck, C., Simpson, J. A., & Overall, N. C. (2021). Infants' attachment insecurity predicts attachment-relevant emotion regulation strategies in adulthood. *Emotion*, 21(2), 260–272. <https://doi.org/10.1037/emo0000721>
- Gondim, S. M. G., 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>
- Gratz, K. L., & Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the difficulties in

- emotion regulation scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 26(1), 41–54. <https://doi.org/10.1023/B:JOBA.0000007455.08539.94>
- Hu, L., & Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling*, 6(1), 1–55. <https://doi.org/10.1080/10705519909540118>
- IBM Corp. Released (2017). *IBM SPSS Statistics for Windows (Version 25.0)*. [Computer software]
- Linhares, M. B. M., & Martins, C. B. S. (2015). O processo da autorregulação no desenvolvimento de crianças. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 32(2), 281–293. <https://doi.org/10.1590/0103-166X2015000200012>
- McRae, K., & Gross, J. J. (2020). Emotion regulation. *Emotion*, 20(1), 1–9. <https://doi.org/10.1037/emo0000703>.
- Muthén, L. K. & Muthén, B. O. (2012). *Mplus user's guide* (7<sup>th</sup> ed.). Muthén & Muthén.
- Noronha, A. P. P., Baptista, M. N. & Batista, H. H. V. (2018). *Construção e estudos psicométricos da Escala de Autorregulação Emocional – Versões adulto e infanto-juvenil* (Relatório técnico não publicado). Universidade São Francisco.
- Osborne, J. W. (2015). What is rotating in exploratory factor analysis? Practical assessment, *Research & Evaluation*, 20 (2). <http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.666.5917&rep=rep1&type=pdf>
- Raykov, T. (1997). Estimation of composite reliability for congeneric measures. *Applied Psychological Measurement*, 21(2), 173–184. <https://doi.org/10.1177/01466216970212006>
- Raad, A. J. (2019). *Propriedades psicométricas da escala de autorregulação emocional versão*

*adulto (EARE-A) em contexto clínico e universitário*. [Tese de Doutorado]. Repositório da Universidade São Francisco.

Santana, V. S., & Gondim, S. M. G. (2016). Regulação emocional, bem-estar psicológico e bem-estar subjetivo. *Estudos de Psicologia (Natal)*, 21(1), 58–68.  
<https://doi.org/10.5935/1678-4669.20160007>

Valentini, F., & Damasio, B. F. (2016). Variância média extraída e confiabilidade composta: Indicadores de precisão. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 32(2), 1–7.  
<https://doi.org/10.1590/0102-3772e322225>

Vohs, K. D., & Baumeister, R. F. (2016). *Handbook of self-regulation: Research, theory, and applications* (3<sup>th</sup> ed.). Guilford Publications.

Weiss, N. H., Gratz, K. L., & Lavender, J. M. (2015). Factor structure and initial validation of a multidimensional measure of difficulties in the regulation of positive emotions: The DERS-Positive. *Behavior Modification*, 39(3), 431–453.  
<https://doi.org/10.1177/0145445514566504>