

Adaptação do *Acceptance and Action Questionnaire for University Students* (AAQ-US) para o Português Brasileiro

Adaptation of the Acceptance and Action Questionnaire for
University Students (AAQ-US) for Brazilian Portuguese

Antônio Bonfada Collares Machado* / Renata Klein Zancan /
Margareth da Silva Oliveira

Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul

Resumo: Este estudo tem por objetivo realizar a adaptação do *Acceptance and Action Questionnaire for University Students* (AAQ-US), que avalia a inflexibilidade psicológica no contexto universitário. A amostra contou com 123 estudantes de graduação e pós-graduação, de universidades brasileiras, com idades entre 18 e 44 anos. As evidências de validade baseadas na estrutura interna da escala se deram pelas análises paralelas que indicaram a retenção de um fator, assim como a escala original e pela análise fatorial exploratória. O AAQ-US também apresentou boa consistência interna com $\alpha=.87$ e Omega de McDonald $=.70$. Além disso, o AAQ-US apresentou evidências de validade convergente e discriminante, tendo correlações com procrastinação, variáveis de saúde mental e flexibilidade psicológica, como também validade de construto pelo método dos grupos conhecidos. Os resultados deste estudo indicam a validade do AAQ-US para o contexto universitário.

Palavras-chave: estresse psicológico; depressão; ansiedade; *acceptance and action questionnaire for university students*; terapia de aceitação e compromisso.

Abstract: This study aims the adaptation of the Acceptance and Action Questionnaire for University Students (AAQ-US), which evaluates psychological inflexibility in the university context. The sample consisted of 123 undergraduate and postgraduate students from Brazilian universities, with age between 18 and 44 years. Evidence of validity based on the internal structure of the scale was provided by parallel analysis that indicated a single factor solution, as well as the original scale and by exploratory factor analysis. AAQ-US also presented good internal consistency with $\alpha=.87$ and McDonald's Omega $=.70$. Furthermore, AAQ-US showed convergent and discriminant validity, having correlations with procrastination, mental health variables and psychological flexibility and construct validity using known-groups method. The results of this study indicate the validity of AAQ-US for the university context.

Keywords: psychological stress; depression; anxiety; acceptance and action questionnaire for university students; acceptance and commitment therapy.

Introdução

Relatórios realizados em universidades internacionais e nacionais têm demonstrado uma alta prevalência de problemas de saúde mental e seus efeitos em estudantes universitários (*American College Health Association* [ACHA], 2016; *American College Health Association* [ACHA], 2018; Fórum Nacional de Pró-Reitores de Assuntos Comunitários e Estudantis [FONAPRECE], 2016). Sintomas de estresse, ansiedade e depressão, afetam seu rendimento acadêmico, qualidade de vida, relações sociais e rotina dos graduandos (Ribeiro et al., 2018; Alonso et al., 2018; Bruffaerts et al., 2018; Padovani et al., 2014).

Uma importante abordagem da psicologia, que tem demonstrado eficácia para questões de saúde física e mental com diferentes populações (A-tjak et al., 2015), incluindo os universitários (Levin, Heager, Pierce, & Twohig, 2017; Räsänen, Lappalainen, Muotka, Tolvanen, & Lappalainen, 2016), é a Terapia de Aceitação e Compromisso (*Acceptance and Commitment Therapy* – ACT – Hayes, Strosahl, & Wilson, 2009). A ACT pode ser definida como uma intervenção baseada em uma psicologia comportamental moderna, que aplica processos de *mindfulness*, aceitação e de comprometimento e mudança comportamental, para a criação da flexibilidade psicológica (FP) (Luoma, Hayes, & Walser, 2007). Esta, pode ser definida como a habilidade de contatar o momento presente com consciência e de maneira plena, e dessa forma, mudar ou manter comportamentos, para que sejam coerentes com os valores do indivíduo (Hayes, Strosahl, & Wilson, 2009).

O modelo de psicopatologia da ACT é um processo transdiagnóstico denominado inflexibilidade psicológica (IP), que pode ser entendido como um processo no qual os comportamentos do indivíduo são controlados excessivamente pela evitação ou tentativa de controle de experiências internas, como pensamentos e sentimentos, ao invés de seus valores (Levin et. al., 2014). A IP está associada a vários problemas de

saúde mental em universitários como transtornos alimentares, depressão, abuso de substâncias, ansiedade, somatização, vício em internet e ideação suicida (Levin et al. 2014; Hill, Masuda, Melcher, Morgan, & Twohig, 2015; Chou, Yen, & Liu, 2018; Tavakoli, Broyles, Reid, Sandoval, & Correa-Fernández, 2019). Também aparece relacionada a variáveis acadêmicas como procrastinação, notas e ansiedade em relação a provas (Glick, Millstein, & Orsillo, 2014; Glick & Orsillo, 2015; Brown et al., 2011).

Tanto a Flexibilidade quanto a Inflexibilidade psicológica estão pautadas em seis processos centrais, sendo que cada um deles emerge de características da linguagem e cognição humanas, conforme explicado pela Teoria das Molduras Relacionais (*Relation Frame Theory* – RFT – Hayes, Barnes-Holmes, & Roche, 2001). Os processos da FP são processos paralelos positivos aos processos de psicopatologia, ou seja, tem implicações positivas nos métodos clínicos (Luoma, Hayes, & Walser, 2007). Estes processos podem ser compactados em dois grupos, definidos como pilares da FP e da IP. Os três pilares da IP são: fechado, desatento e desconectado e envolve os processos de evitação, fusão, atenção inflexível, apego ao eu conceitualizado, falta de clareza de valores e ações desconectadas. Já os três pilares da flexibilidade psicológica se denominam: aberto, consciente e engajado e se referem a aceitação, desfusão, estar presente, tomada de perspectiva, valores e ação comprometida (Luoma, Hayes, & Walser, 2017).

Para mensurar a efetividade de intervenções utilizando ACT, foram desenvolvidas escalas que medem a flexibilidade e a inflexibilidade psicológica, dentre elas, o *Acceptance and Action Questionnaire* (AAQ-II – Bond et al., 2011). Porém, o AAQ-II parece não ser um instrumento sensível o suficiente para detectar os efeitos da ACT no contexto universitário, uma intervenção recente demonstrou que o AAQ-II não apresentava diferenças após o tratamento, mesmo quando outras escalas corroboravam mudanças significativas nos processos pertinentes a flexibilidade psicológica (Levin, Heager, Pierce, & Twohig, 2017). Estudos recentes utilizando o AAQ-II identificaram limitações referentes à validade discriminante e sensibilidade dos itens (Ong et al., 2020).

Por exemplo, comparando o AAQ-II com escalas mais específicas de evitação experiencial, identificou-se inconsistências referentes a validade de construto, uma vez que o AAQ-II apresentou maiores cargas fatoriais em medidas de neuroticismo e afeto negativo quando comparado a escalas mais recentes (Rochefort, Baldwin, & Chmielewski, 2018). Além disso, as medidas do AAQ-II podem ser confundidas com sintomas de estresse, o que levanta questões a respeito do que a escala realmente mensura (Wolgast, 2014). Entretanto, apesar dessas limitações, o AAQ-II é a única medida de inflexibilidade psicológica validada no Brasil (Barbosa & Murta, 2015) e está associado a diversas escalas recentes avaliando os processos da ACT (Francis, Dawson, & Golijani-Moghaddam, 2016).

Dadas as limitações do AAQ-II, o *Acceptance and Action Questionnaire for University Students* (AAQ-US) foi desenvolvido com o objetivo de mensurar a inflexibilidade psicológica no contexto universitário e dessa forma, melhor avaliar o processo de mudança dos estudantes. O AAQ-US apresenta correlações moderadas com variáveis de saúde mental como estresse, ansiedade e depressão (Zancan, Machado, Boff, & Oliveira, 2021) e já tem demonstrado evidências de melhor predizer variáveis acadêmicas do que o AAQ-II. No estudo original, o modelo de regressão hierárquica utilizando os dois instrumentos, demonstrou que o AAQ-US explica em maior magnitude a variância em variáveis como notas, ajustamento social do estudante, procrastinação e ansiedade em relação a provas (Levin, Krafft, Pistorello, & Seeley, 2018). Além disso, estudos recentes replicaram a estrutura unifatorial da escala em uma amostra de estudantes turcos, obtendo boas evidências de validade utilizando a análise fatorial confirmatória, com RMSEA = 0.04, CFI = 0.95 e TLI = 0.93 (Kuru, Karadere, Burhan, & Safak, 2021).

Considerando a importância de intervenções para saúde mental em estudantes universitários e de instrumentos que possam mensurar a inflexibilidade psicológica, torna-se necessário adaptar esses recursos para a realidade brasileira e nosso idioma.

Dessa forma, o objetivo desse estudo é adaptar o *Acceptance and Action Questionnaire for University Students* – AAQ-US e suas evidências de validade convergente, discriminante e referentes a estrutura interna (*American Educational Research Association* [AERA], 2018). A hipótese 1 (H1) do estudo é de que a escala apresentará uma estrutura unifatorial, assim como nos estudos com outras amostras. A hipótese 2 (H2) é de que o instrumento apresentará correlações significativas negativas com o AAQ-II, ansiedade, depressão, estresse e procrastinação, e correlação positiva com flexibilidade psicológica. Por fim, a terceira hipótese (H3) é de que os estudantes com maiores níveis de ansiedade, estresse e depressão, irão apresentar maior grau de inflexibilidade psicológica do que estudantes com baixos níveis nessas variáveis de saúde mental.

Método

Participantes

A amostra deste estudo se deu por conveniência e foi composta por 123 estudantes universitários de universidades públicas e privadas do Brasil, com idades que variaram entre 18 e 44 anos ($M=24,1$, $DP = 5,5$). Destes, 78% eram do sexo feminino e 22% do sexo masculino, 74,8% eram estudantes de graduação e 25,2% da pós-graduação. Em relação a classe econômica, 30,1% eram da Classe A, 48,0% Classe B e 21,9% Classes C e D, segundo o Critério de Classificação Econômica Brasil da Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa (ABEP) (2016).

Instrumentos

Questionário de dados sociodemográficos. Utilizada para caracterizar a amostra no que se refere à idade, sexo, estado civil, escolaridade, etnia, religião e classificação econômica (Critérios de Classificação Econômica Brasil da Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa (ABEP, 2016).

Comprehensive assessment of Acceptance and Commitment Therapy - CompACT (Francis, Dawson, & Golijani-Moghaddam, 2016). É um instrumento que mensura a Flexibilidade Psicológica a partir dos processos diádicos da Terapia de Aceitação e Compromisso: abertura à experiência (e.g. Eu me esforço para afastar sentimentos desagradáveis), consciência comportamental (e. g. Parece que eu vivo "no piloto automático", sem muita consciência do que estou fazendo) e ações valorizadas (e.g. Eu consigo identificar as coisas que realmente importam na minha vida e ir em busca delas) (Hayes, Villatte, Levin & Hildebrandt, 2011). O instrumento é composto por 23 itens com escala Likert de 7 pontos e apresenta boa consistência interna de suas subescalas na amostra de participantes ingleses (Abertura à experiência $\alpha=.78$, Consciência Comportamental $\alpha=.83$, Ações Valorizadas $\alpha=.88$). A versão brasileira do CompACT passou pelos procedimentos de tradução e adaptação e resultados preliminares apresentam evidências de validade concorrente, demonstrando correlações com estresse, ansiedade e depressão e boas evidências de consistência interna com $\alpha=.78$ para Abertura à experiência, $\alpha=.85$ para Consciência Comportamental, $\alpha=.86$ para Ações Valorizadas e um Alfa de Cronbach geral de .89 (Souza et. al., 2018; Machado et al., 2021).

Acceptance and Action Questionnaire - II - AAQ-II (Bond et al., 2011). É um instrumento desenvolvido como o objetivo de avaliar a esquiva experiencial (e. g. Minhas lembranças dolorosas me impedem de ter uma vida plena.), no entanto, vem sendo amplamente utilizado enquanto uma medida geral de Flexibilidade Psicológica (Ruiz, Langer Herrera, Luciano, Cangas & Beltrán, 2013). O instrumento contém 7 itens com escala Likert de 7 pontos variando de 1 (Nunca) a 7 (Sempre) e apresenta alpha de Cronbach de $\alpha=.84$ no estudo original. No Brasil, o questionário foi traduzido e adaptado por Barbosa (2013) e apresenta boa consistência interna, com $\alpha=.87$ (Barbosa & Murta, 2015).

Escala de Depressão Ansiedade e Estresse - DASS-21 (Lovibond & Lovibond, 1995a). Trata-se de uma escala Likert com 21 itens de quatro pontos variando de 0 (não

se aplicou de maneira alguma) a 3 (aplicou-se muito ou na maioria do tempo), que avalia sintomas de depressão, ansiedade e estresse experienciados na última semana. A aplicação do instrumento resulta na classificação dos sintomas separadamente e de acordo com sua gravidade. Os pontos de corte estabelecidos foram com base no manual de pontuação da escala, sendo eles 10 para depressão leve, 8 para ansiedade leve e 15 para estresse leve (Lovibond & Lovibond, 1995b). A versão brasileira foi adaptada e validada por Vignola e Tucci (2014) e apresenta boa consistência interna: $\alpha = .92$ para depressão; $\alpha = .86$ para ansiedade; e $\alpha = .90$ para estresse.

Acceptance and Action Questionnaire for University Students - AAQ-US (Levin, Krafft, Pistorello, & Seeley, 2018). É um instrumento de 12 itens com escala Likert de 7 pontos variando de 1 (Nunca verdadeira) a 7 (Sempre verdadeira) que mensura inflexibilidade psicológica no contexto universitário. Os itens foram desenvolvidos para avaliar os processos da inflexibilidade psicológica no que se refere a questões acadêmicas como: fusão cognitiva com pensamentos relacionados a faculdade; dificuldade em contatar o momento presente nas aulas e provas; desconexão entre os valores e as ações dos universitários e a função das experiências internas e da evitação experiencial no comportamento dos estudantes. A escala apresenta estrutura unifatorial, com todos os itens desenvolvidos para avaliar a inflexibilidade psicológica e apresentou boa consistência interna no estudo original com uma amostra de estudantes de universidades dos Estados Unidos, com $\alpha = .91$.

Escala de Motivos da Procrastinação Acadêmica - EMPA (Gears, Hauck Filho, & Teixeira, 2017). É um instrumento que visa mensurar a procrastinação, entendida como o adiamento de atividades que são importantes para o indivíduo, que neste caso, se refere a tarefas relacionadas a faculdade (Schouwenburg, 1995). O questionário mede a frequência (e.g. Se procrastina, com que frequência você procrastina nas tarefas acadêmicas?: Fazer trabalhos que têm prazo de entrega) e os motivos (e.g. Eu espero fazer a tarefa tão bem feita que tenho dificuldade em começar) pelos quais a

procrastinação acadêmica ocorre. É uma escala Likert de 5 pontos variando de 1 (nunca) a 5 (sempre), sendo subdividida em dois fatores, Fator 1 Procrastinação-desmotivação e Fator 2 Procrastinação-ansiedade, ambas apresentando fidedignidade de $\alpha = .61$ e $\alpha = .76$, respectivamente.

Procedimentos

Inicialmente, solicitou-se autorização do autor da escala para realizar o processo de tradução e adaptação. Em seguida, a adaptação semântica passou pelos processos de tradução do instrumento original; síntese das versões traduzidas; avaliação da síntese por experts; avaliação pelo público-alvo; tradução reversa com avaliação final do autor original; e estudo-piloto (Borsa, Damasio, & Bandeira, 2012).

Primeiramente três tradutores bilíngues independentes, com fluência em inglês e português, e conhecimento da ACT, realizaram a tradução do instrumento do inglês para o português brasileiro. Após, foi realizada a síntese das versões traduzidas: na qual foi feita a comparação das diferentes traduções. Cada item foi avaliado e então, chegou-se a uma única versão que considerou a equivalência semântica, idiomática, experiencial e conceitual. Foi feita uma avaliação dessa síntese por três experts em ACT que julgaram a estrutura, abrangência e adequação das expressões que compõem esta versão do instrumento. Nesta etapa, foi verificado o grau de concordância entre os juízes e a clareza e relevância dos itens. Os três concordaram em termos da clareza e relevância para a realidade brasileira.

Posteriormente, a síntese feita após a avaliação dos experts, passou pela avaliação do público-alvo. Nessa etapa, 6 estudantes universitários verificaram item a item o instrumento e não deram sugestões de alterações, pois afirmaram a compreensão e clareza de todas as questões. Após, o AAQ-US foi submetido à uma tradução reversa por uma tradutora bilíngue juramentada e enviado ao autor do instrumento original. O autor original sugeriu uma mudança no item 10 da escala (Eu não entendo nada das

aulas quando estou tendo pensamentos negativos), pois não representava exatamente a ideia do item original, dessa forma, o item teve uma alteração (Eu não aproveito nada das aulas quando estou tendo pensamentos negativos). Após essa alteração, o autor aprovou a versão final da escala. Dessa forma, iniciaram-se as coletas para os estudos de validade, tendo em vista a proporção de 10 respondentes por item, para a realização da análise fatorial (Matsunaga, 2010), o que implicaria em uma amostra de 120 participantes.

Todos os instrumentos foram disponibilizados em uma versão online, utilizando o sistema de coleta de dados informatizada Qualtrics (<https://pucrs.qualtrics.com>). O questionário foi divulgado nas redes sociais dos integrantes do grupo de pesquisa.

Considerações Éticas

Este estudo foi aprovado pela Comissão Científica e pelo Comitê de Ética em Pesquisa, CAEE (número oculto), e respeita os aspectos éticos propostos pela Resolução 510 de 7 de abril de 2016 (CNS 510/2016), que discorre sobre os procedimentos éticos em pesquisa com seres humanos. Todos os participantes preencheram o Termo de Consentimento livre e Esclarecido (TCLE) antes de responderem os instrumentos.

Análise de Dados

A análise dos dados foi feita a partir do software SPSS (*Statistical Package for the Social Sciences*), versão 24.0, e do software R (Revelle, 2018). Utilizou-se estatística descritiva para caracterização da amostra e para avaliar a fatorabilidade dos dados utilizou-se o teste de Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) e o teste de Esfericidade de Barlett (Kaiser, 1970). Correlações policóricas foram utilizadas na análise fatorial devido a distribuição dos dados e por se tratar de uma escala tipo Likert, em que as variáveis são ordinais (Holgado-Tello, Chacón-Moscoso, Barbero-García, & Vila-Abad, 2010). A análise paralela foi utilizada para determinar a quantidade de fatores (Horn, 1965) e por

fim, a extração das cargas fatoriais e da variância comum explicada se deu pelo *minimum rank factor analysis* (MRFA). A MRFA foi escolhida em relação a outros métodos de extração pois, a matriz de correlações reduzida dos outros métodos pode ser uma matriz negativa definida. Além disso, a MRFA gera comunalidades mais precisas ao extrair a variância comum explicada (Shapiro & Ten Berge, 2002). A validade de construto da escala foi avaliada pela diferença entre grupos conhecidos utilizando o teste t. Foram utilizados testes de correlação para evidências de validade convergente e discriminante. Em relação a fidedignidade da escala, utilizou-se o alfa de Cronbach e o Omega de McDonald, tendo-se como critério valores acima de $\alpha = .80$ para o alfa de Cronbach e $\omega_h = .70$ para o Omega de McDonald (Boateng et. al., 2018; McDonald, 2013).

Resultados

Análise Fatorial Exploratória

A amostra se mostrou adequada para fatoração por meio do Teste de Kaiser-Meyer-Olkin (KMO=.91) e do Teste de Esfericidade de Barlett ($\chi^2=647,15$, $df=66$, $p<.001$). O *scree plot* da análise paralela (Figura 1) apresentou um único fator para a escala, uma vez que o *eigenvalue* do segundo fator ($\lambda=.43$) se mostrou abaixo do *eigenvalue* simulado ($\lambda=.48$) da análise paralela (Hayton, Allen, & Scarpello, 2004). A extração dos fatores pelo *minimum rank factor analysis*, demonstrou itens com cargas fatoriais entre .45 e .72 (Tabela 1). Foram retidas apenas as cargas fatoriais acima de .32 (Tabachnick & Fidell, 2013), dessa forma, manteve-se todos os itens da escala original. A escala final de 12 itens apresentou Alfa de Cronbach .87 e Omega de McDonald .70, tendo a amostra apresentado uma média de inflexibilidade psicológica de 43,03 (DP=14,44; Mínimo=14,00 e Máximo=80,00).

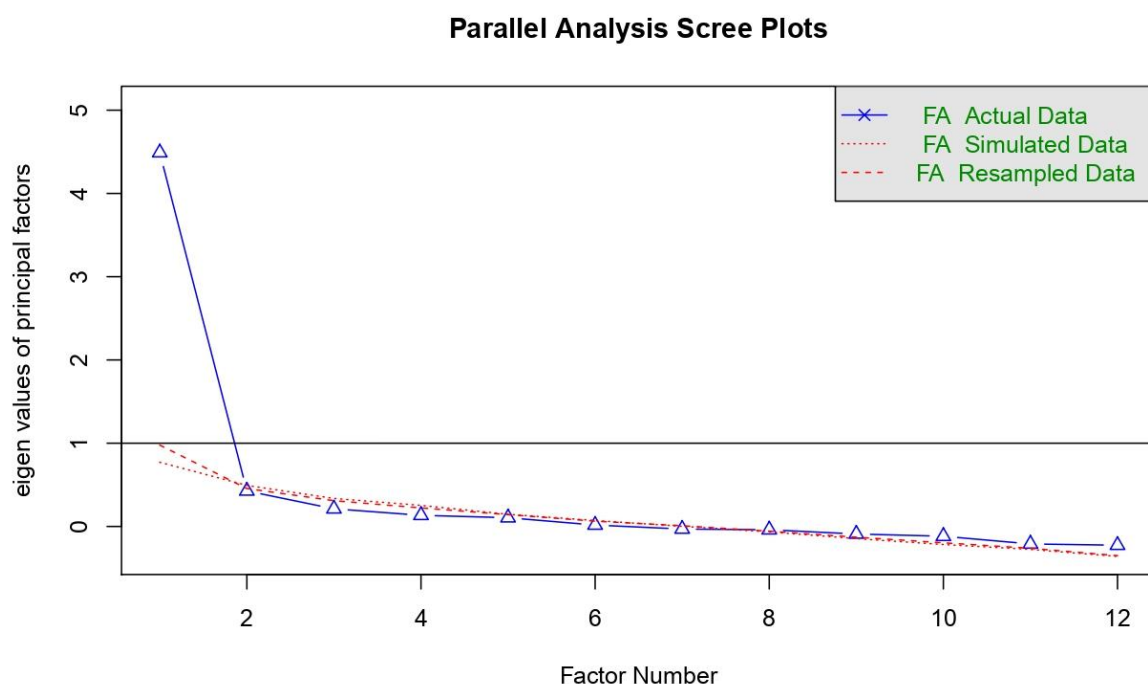


Figura 1: *Scree plot* da análise paralela

Tabela 1

Cargas fatoriais da Análise Fatorial Exploratória dos itens da AAQ-US

Item	Carga
Eu postergo os trabalhos da faculdade quando me sinto mal.	.47
Parece que, na faculdade, eu faço as coisas “no piloto automático”.	.45
Eu tenho dificuldade para lidar com meus pensamentos relacionados à faculdade.	.63
Eu me percebo evitando ir às aulas quando me sinto ansioso(a) ou deprimido(a).	.74
Quando eu penso que uma tarefa é muito difícil ou confusa, eu desisto dela.	.52
É difícil para mim focar no que os meus professores estão falando nas aulas.	.57
Eu fico tão preocupado quando as provas estão se aproximando que me sinto paralisado e não consigo estudar.	.68
As preocupações são obstáculos para o meu sucesso na faculdade.	.72
Meus pensamentos e sentimentos me atrapalham nos estudos.	.71
Eu não aproveito nada das aulas quando estou tendo pensamentos negativos	.61
Frequentemente, acredito que eu não seja inteligente o suficiente para estar na faculdade ou no curso que estou fazendo.	.58
Fico tão preso nas minhas preocupações durante as provas que tenho dificuldades para me focar na prova em si.	.71
Autovalor	4,67
Variância Comum Explicada	39%

Validade de construto por grupos conhecidos

Foram comparados os escores da AAQ-US entre os grupos de estudantes que estavam acima e abaixo dos pontos de corte das subescalas da DASS-21 (10 para depressão, 8 para ansiedade e 15 para estresse) propostos por Lovibond e Lovibond (1995b), através do teste t entre amostras independentes (Tabela 2). Os escores da inflexibilidade psicológica se mostraram maiores nos grupos que tinham maiores índices de depressão, ansiedade e estresse. Tendo um tamanho de efeito (*effect size*) entre 1.00 e 1.18, calculado através do d de Cohen, o que sugere um tamanho de efeito considerado grande.

Tabela 2

Diferenças nos escores da AAQ-US entre grupos critério pela DASS-21

	Escore Elevado na DASS-21		Escore Baixo na DASS-21		<i>t-test</i>	Cohen's <i>d</i>
	AAQ-US M (DP)	n	AAQ-US M (DP)	n		
Depressão	54,96 (13,63)	28	39,51 (12,75)	95	5.54***	1.17
Ansiedade	53,10 (12,30)	28	40,06 (13,71)	95	4.52***	1.00
Estresse	55,29 (12,36)	24	40,06 (13,34)	99	5.08***	1.18

Nota. *** $p < .001$.

Validade convergente e discriminante

Foram observadas correlações significativas com as medidas de flexibilidade e inflexibilidade psicológicas utilizadas no estudo (Tabela 3). O AAQ-US se correlacionou negativamente com as subescalas do CompACT, com valores entre -.51 e -.69, apresentando correlações moderadas, indicando que quanto maior a inflexibilidade psicológica dos estudantes universitários menor é a flexibilidade psicológica. O AAQ-US também se correlacionou positivamente com o AAQ-II, apresentando uma correlação moderada de .64, e evidenciando que quanto maior a inflexibilidade psicológica no contexto universitário, maior a inflexibilidade psicológica geral dos

estudantes. O AAQ-US também se correlacionou significativamente com as medidas de procrastinação, depressão, ansiedade e estresse, com valores entre .45 e .64 (Tabela 3). Essas correlações evidenciaram que quanto maior a inflexibilidade psicológica, maiores os índices de problemas de saúde mental e maiores os motivos da procrastinação.

Tabela 3.

Correlação de Spearman entre a AAQ-US e o AAQ-II com procrastinação, variáveis de saúde mental e flexibilidade psicológica

Medida	AAQ-US	AAQ- II
Procrastinação-Preocupação	.508***	.462***
Procrastinação-Desmotivação	.452***	.279**
Depressão	.643***	.598***
Ansiedade	.527***	.632***
Estresse	.631***	.642***
AAQ-II	.644***	-
CompACT – Abertura à experiência	-.591***	-.682***
CompACT – Consciência Comportamental	-.699***	-.445***
CompACT – Ações Valorizadas	-.518***	-.384***

Nota. *** $p < .001$, ** $p < .01$

Discussão

Este estudo teve por objetivo a adaptação e avaliação das evidências de validade do *Acceptance and Action Questionnaire for University Students* - AAQ-US, que mensura a inflexibilidade psicológica no contexto universitário. A escala adaptada para a cultura Brasileira reteve os 12 itens da escala original, manteve a sua estrutura unifatorial e apresentou boa consistência interna.

Em relação as evidências baseadas na estrutura interna da escala. A análise paralela apresentou boas evidências do fator único da escala. Este método de análise encontra-se entre os mais confiáveis para definir a quantidade de fatores a serem retidos (Henson & Roberts, 2006; Osborne, Costello, & Kellow, 2008). As cargas fatoriais dos itens extraídos pelo MRFA mostraram-se adequadas, uma vez que a menor carga fatorial foi de .45 e as recomendações são de retenção de itens acima de .32 ou .40 (Tabachnick & Fidell, 2013; Boateng et. al., 2018).

Os grandes tamanhos de efeito na comparação entre as diferenças da IP entre os grupos com baixos e altos índices de estresse, ansiedade e depressão, demonstraram boas evidências de validade de construto. Estudos anteriores verificaram associações significativas entre a IP e estas variáveis de saúde mental e intervenções com o objetivo de aumentar a flexibilidade psicológica se mostraram úteis na diminuição das sintomatologias (Levin et. al., 2014; Levin, Heager, Pierce, & Twohig, 2017). Lutar com pensamentos e sentimentos indesejados (evitação experiencial) à custa de ações valorizadas podem definir características clínicas de depressão e transtorno de pânico, bem como muitos outros distúrbios. Comportamentos problemáticos associados a uma série de transtornos podem desenvolver-se inicialmente como estratégias evitativa tornando-se mais rígidas e graves ao longo do tempo (Levin et al. 2014). Por exemplo, um estudante deprimido, pode ficar jogado na cama para evitar sentir a sobrecarga do estresse com as atividades de classe e extracurriculares (Boone & Canicci, 2013). Ou um aluno pode ficar ruminando sobre não conseguir e assim ficar sem estudar porque os pensamentos tornam-se mais poderosos e são acompanhados por ondas de ansiedade quando ele se senta na frente de seus livros (Pistorello et al, 2013).

O AAQ-US demonstrou boa validade convergente com a AAQ-II, que atualmente é a melhor medida de inflexibilidade psicológica com validação no Brasil (Barbosa & Murta, 2015). Também apresentou boas correlações com as subescalas do CompACT que foi desenvolvido com o intuito de melhor avaliar os processos da ACT, tendo se mostrado mais promissora que o AAQ-II, dado que a escala tem maior potencial de diferenciar os processos da flexibilidade psicológica de sintomas causados por questões de saúde mental (Francis, Dawson, & Golijani-Moghaddam. 2016).

Em relação as subescalas do CompACT o AAQ-US apresentou correlações negativas maiores com os domínios “Consciência Comportamental” e “Ações Comprometidas” do que a AAQ-II. E o AAQ-II apresentou maior correlação negativa com o domínio “Abertura à experiência” do que o AAQ-US. Isso é coerente com estudos

anteriores, que sugerem que o AAQ-II avalia mais os processos de evitação experiencial e fusão cognitiva do que os processos de consciência comportamental e ações comprometidas (Gillanders et. al., 2014; Francis, Dawson, & Golijani-Moghaddam, 2016). Esses resultados podem sugerir uma maior sensibilidade do AAQ-US em avaliar os processos que envolvem a falta de contato com o momento presente e a desconexão entre os valores e ações do indivíduo.

Correlações de moderadas a fortes do AAQ-US com medidas de ansiedade, estresse, depressão e procrastinação, demonstraram boa validade convergente do instrumento. Além disso, as correlações do AAQ-US com as subescalas de procrastinação se mostraram maiores do que as correlações do AAQ-II. Esses resultados estão de acordo com o esperado, considerando que a AAQ-US foi desenvolvida com itens específicos para avaliar questões acadêmicas que podem estar relacionadas a procrastinação. Por exemplo, o item: *“Eu postergo os trabalhos da faculdade quando me sinto mal”* pode indicar uma evitação experiencial, no sentido de que o aluno ao não estar se sentindo bem evita fazer os trabalhos da faculdade com o objetivo de não sentir o desconforto que essa tarefa pode trazer (Levin, Krafft, Pistorello, & Seeley, 2018). De acordo com o modelo de psicopatologia da ACT a evitação experiencial é um dos seis processos que caracterizam a IP e que resultam em sofrimento e distanciamento das coisas que são importantes para o indivíduo (Hayes, Strosahl, & Wilson, 2009). A evitação experiencial e a procrastinação podem levar o aluno a um mal desempenho escolar, níveis altos de estresse, ansiedade e depressão e a baixa procura de ajuda (Glick & Orsillo, 2015; Sandoz, Kellum, & Wilson, 2017; Chou, Yen, & Liu, 2018; Brenner, Cornish, Heath, Lannin, & Losby, 2019).

Os achados deste estudo, corroboram os achados de estudos anteriores utilizando escalas de domínio específico do AAQ, que tem se mostrado melhores preditoras da inflexibilidade psicológica em contextos específicos (Bond, Lloyd, & Guenole, 2013; Levin, Luoma, Lillis, Hayes, & Vilardaga, 2014). Essas escalas avaliam a

função das experiências internas dos indivíduos (pensamentos, sentimentos e comportamentos) em relação a área de interesse a ser estudada (e.g. inflexibilidade psicológica no contexto de trabalho), demonstrando maior precisão ao mensurar a manifestação da inflexibilidade psicológica nesses contextos. Uma vez que o AAQ-US apresentou maiores correlações do que o AAQ-II com variáveis acadêmicas e com as subescalas do CompACT que avaliam consciência comportamental e ações valorizadas. Sugere-se que o instrumento possa ter maior relevância na avaliação dos processos da IP no funcionamento acadêmico dos universitários, assim como no estudo original de desenvolvimento da escala (Levin, Krafft, Pistorello, & Seeley, 2018).

Considerações finais

Os resultados obtidos apresentam algumas evidências de validade do AAQ-US para população universitária brasileira. Dentre as limitações do estudo encontra-se a amostra, que foi composta majoritariamente de mulheres e estudantes de graduação. Estudos futuros utilizando o AAQ-US podem verificar a invariância do instrumento em relação ao gênero, idade, tipo de universidade que os estudantes frequentam (pública ou privada) e diferentes cursos. Por fim, este estudo oferece uma escala que pode mapear a inflexibilidade psicológica no contexto universitário, e pode se mostrar útil tanto na avaliação de intervenções direcionadas a diminuição da IP quanto da melhora do engajamento acadêmico.

Referências

- American College Health Association (2018). American College Health Association-National College Health Assessment II: Reference Group Executive Summary Fall 2017. Hanover, MD: American College Health Association; 2018. Recuperado de https://www.acha.org/documents/ncha/NCHA-II_FALL_2017_REFERENCE_GROUP_EXECUTIVE_SUMMARY.pdf
- American College Health Association. (2016). American College Health Association-National College Health Assessment II: Canadian Reference Group Executive

- Summary Spring 2016. Hanover, MD: American College Health Association; 2016. Recuperado de <https://www.acha.org/documents/ncha/NCHA-II%20SPRING%202016%20CANADIAN%20REFERENCE%20GROUP%20EXECUTIVE%20SUMMARY.pdf>
- American Educational Research Association. (2018). *Standards for educational and psychological testing*. American Educational Research Association.
- Alonso, J., Mortier, P., Auerbach, R. P., Bruffaerts, R., Vilagut, G., Cuijpers, P., ... & Green, J. G. (2018). Severe role impairment associated with mental disorders: results of the WHO world mental health surveys international college student project. *Depression and anxiety*, 35(9), 802-814. DOI: 10.1002/da.22778
- Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa (2016). *Crítério Brasil*. Recuperado de <http://www.abep.org>
- A-tjak, J. G., Davis, M. L., Morina, N., Powers, M. B., Smits, J. A., & Emmelkamp, P. M. (2015). A meta-analysis of the efficacy of acceptance and commitment therapy for clinically relevant mental and physical health problems. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 84(1), 30-36.
- Barbosa, L. M. (2013). *Terapia de Aceitação e Compromisso e validação do Acceptance and Action Questionnaire II: Contribuições para Avaliação de Processo em Psicoterapia*. Dissertação de Mestrado, Instituto de Psicologia, Universidade de Brasília, Brasília. Retirado de http://repositorio.unb.br/bitstream/10482/15425/1/2013_LeonardoMartinsBarbosa.pdf
- Barbosa, L. M. & Murta, S. G. (2015). Propriedades psicométricas iniciais do Acceptance and Action Questionnaire - II - versão brasileira. *Psico-USF*, 20(1), 75-85. <https://doi.org/10.1590/1413-82712015200107>
- Boateng, G. O., Neilands, T. B., Frongillo, E. A., Melgar-Quíñonez, H. R., & Young, S. L. (2018). Best practices for developing and validating scales for health, social, and behavioral research: a primer. *Frontiers in public health*, 6. doi: 10.3389/fpubh.2018.00149
- Borsa, J. C., Damasio, B. F. & Bandeira, D. R. (2012). Adaptação e Validação de Instrumentos Psicológicos entre Culturas: Algumas Considerações. *Paideia*, 53, 423–432. <https://doi.org/10.1590/S0103-863X2012000300014>
- Bond, F. W., Hayes, S. C., Baer, R. A., Carpenter, K. M., Guenole, N., Orcutt, H. K., ... & Zettle, R. D. (2011). Preliminary psychometric properties of the Acceptance and Action Questionnaire–II: A revised measure of psychological inflexibility and experiential avoidance. *Behavior therapy*, 42(4), 676-688. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2011.03.007>
- Bond, F. W., Lloyd, J., & Guenole, N. (2013). The work-related acceptance and action questionnaire: Initial psychometric findings and their implications for measuring

- psychological flexibility in specific contexts. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 86(3), 331-347. <https://doi.org/10.1111/joop.12001>
- Boone, M. S., & Canicci, J. (2013). Acceptance and Commitment Therapy (ACT): Processes and Application. In: J. Pistorello (Ed.), *Mindfulness & Acceptance for Counseling College Students: Theory and Practical Applications for Intervention, Prevention & Outreach*. Oakland, CA: New Harbinger Publications, Inc.
- Brenner, R. E., Cornish, M. A., Heath, P. J., Lannin, D. G., & Losby, M. M. (2019). Seeking help despite the stigma: Experiential avoidance as a moderated mediator. *Journal of counseling psychology*. DOI: 10.1037/cou0000365
- Brown, L. A., Forman, E. M., Herbert, J. D., Hoffman, K. L., Yuen, E. K., & Goetter, E. M. (2011). A randomized controlled trial of acceptance-based behavior therapy and cognitive therapy for test anxiety: A pilot study. *Behavior modification*, 35(1), 31-53. DOI: 10.1177/0145445510390930
- Bruffaerts, R., Mortier, P., Kiekens, G., Auerbach, R. P., Cuijpers, P., Demyttenaere, K., ... & Kessler, R. C. (2018). Mental health problems in college freshmen: Prevalence and academic functioning. *Journal of affective disorders*, 225, 97-103. DOI: 10.1016/j.jad.2017.07.044
- Chou, W. P., Yen, C. F., & Liu, T. L. (2018). Predicting effects of psychological inflexibility/experiential avoidance and stress coping strategies for internet addiction, significant depression, and suicidality in college students: a prospective study. *International journal of environmental research and public health*, 15(4), 788. DOI: 10.3390/ijerph15040788
- Fórum Nacional de Pró-Reitores de Assuntos Comunitários e Estudantes (2016). IV Pesquisa do Perfil Sócioeconômico e Cultural dos estudantes de graduação das Instituições Federais de Ensino Superior brasileiras. Uberlândia: Associação Nacional dos Dirigentes das Instituições Federais de Ensino Superior (Andifes). Recuperado de http://www.andifes.org.br/wp-content/uploads/2017/11/Pesquisa-de-Perfil-dos-Graduando-das-IFES_2014.pdf
- Francis, A. W., Dawson, D. L. & Golijani-Moghaddam, N. (2016). The development and validation of the Comprehensive assessment of Acceptance and Commitment Therapy processes (CompACT). *Journal of Contextual Behavioral Science*, 5(3), 134-145. DOI: 10.1016/j.jcbs.2016.05.003
- Geara, G. B., Hauck Filho, N., & Teixeira, M. A. P. (2017). Construção da escala de motivos da procrastinação acadêmica. *Psico*, 48(2), 140-151. DOI: <https://doi.org/10.15448/1980-8623.2017.2.24635>
- Gillanders, D. T., Bolderston, H., Bond, F. W., Dempster, M., Flaxman, P. E., Campbell, L., ... & Masley, S. (2014). The development and initial validation of the cognitive fusion questionnaire. *Behavior therapy*, 45(1), 83-101. DOI: 10.1016/j.beth.2013.09.001

- Glick, D. M., Millstein, D. J., & Orsillo, S. M. (2014). A preliminary investigation of the role of psychological inflexibility in academic procrastination. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 3(2), 81-88. <https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2014.04.002>
- Glick, D. M., & Orsillo, S. M. (2015). An investigation of the efficacy of acceptance-based behavioral therapy for academic procrastination. *Journal of Experimental Psychology: General*, 144(2), 400. DOI:10.1037/xge0000050
- Hayes, S. C., Barnes-Holmes, D., & Roche, B. (2001). *Relational Frame Theory. A post Skinnerian Account of Human Language and Cognition*. New York, NY: Kluwer Academic/Plenum Press.
- Hayes, S. C., Strosahl, K. D., & Wilson, K. G. (2009). *Acceptance and commitment therapy*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Hayes, S. C., Villatte, M., Levin, M. & Hildebrandt, M. (2011). Open, aware, and active: Contextual approaches as an emerging trend in the behavioral and cognitive therapies. *Annual Review of Clinical Psychology*, 7(4), 141-168. DOI: 10.1146/annurev-clinpsy-032210-104449
- Hayton, J. C., Allen, D. G., & Scarpello, V. (2004). Factor retention decisions in exploratory factor analysis: A tutorial on parallel analysis. *Organizational research methods*, 7(2), 191-205. <https://doi.org/10.1177/1094428104263675>
- Henson, R. K., & Roberts, J. K. (2006). Use of exploratory factor analysis in published research: Common errors and some comment on improved practice. *Educational and Psychological measurement*, 66(3), 393-416. DOI: 10.1177/0013164405282485
- Holgado-Tello, F. P., Chacón-Moscoso, S., Barbero-García, I., & Vila-Abad, E. (2010). Polychoric versus Pearson correlations in exploratory and confirmatory factor analysis of ordinal variables. *Quality & Quantity*, 44(1), 153. <https://doi.org/10.1007/s11135-008-9190-y>
- Horn, J. L. (1965). A rationale and test for the number of factors in factor analysis. *Psychometrika*, 30(2), 179-185. <https://doi.org/10.1007/BF02289447>
- Kaiser, H. F. (1970). A second generation little jiffy. *Psychometrika*, 35(4), 401-415. <https://doi.org/10.1007/BF02291817>
- Kuru, T., Karadere, M. E., Burhan, H. S., & Safak, Y. (2021). Reliability and Validity Study of the Turkish Version of the Acceptance and Action Questionnaire for University Students. *Psychiatry and Behavioral Sciences*, 11(1), 18-24.
- Levin, M. E., MacLane, C., Daflos, S., Seeley, J. R., Hayes, S. C., Biglan, A., & Pistorello, J. (2014). Examining psychological inflexibility as a transdiagnostic process across psychological disorders. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 3(3), 155-163. DOI: 10.1016/j.jcbs.2014.06.003
- Levin, M. E., Luoma, J. B., Lillis, J., Hayes, S. C., & Vilardaga, R. (2014). The Acceptance and Action Questionnaire–Stigma (AAQ-S): Developing a measure of psychological flexibility with stigmatizing thoughts. *Journal of contextual behavioral science*, 3(1), 21-26. DOI: 10.1016/j.jcbs.2013.11.003

- Levin, M. E., Haeger, J. A., Pierce, B. G., & Twohig, M. P. (2017). Web-based acceptance and commitment therapy for mental health problems in college students: A randomized controlled trial. *Behavior Modification*, 41(1), 141-162. DOI: 10.1177/0145445516659645
- Levin, M. E., Krafft, J., Pistorello, J., & Seeley, J. R. (2018). Assessing psychological inflexibility in university students: Development and validation of the acceptance and action questionnaire for university students (AAQ-US). *Journal of Contextual Behavioral Science*. <https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2018.03.004>
- Lovibond, P. F., & Lovibond, S. H. (1995). The structure of negative emotional states: Comparison of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) with the Beck Depression and Anxiety Inventories. *Behaviour research and therapy*, 33(3), 335-343. doi: 10.1016/0005-7967(94)00075-u.
- Lovibond, S.H., & Lovibond, P.F. (1995). *Manual for the Depression Anxiety Stress Scales*. (2nd. Ed.) Sydney: Psychology Foundation
- Luoma, J. B., Hayes, S. C., & Walser, R. D. (2007). *Learning ACT: An acceptance & commitment therapy skills-training manual for therapists*. New Harbinger Publications.
- Luoma, J. B., Hayes, S. C., & Walser, R. D. (2017). *Learning ACT: An acceptance & commitment therapy skills-training manual for therapists* (2nd ed.). New Harbinger Publications.
- Hill, M. L., Masuda, A., Melcher, H., Morgan, J. R., & Twohig, M. P. (2015). Acceptance and commitment therapy for women diagnosed with binge eating disorder: A case-series study. *Cognitive and behavioral practice*, 22(3), 367-378. <http://dx.doi.org/10.1016/j.cbpra.2014.02.005>
- Machado, A. B. C., Souza, L. H. D., Zancan, R. K., Dillenburg, M.S., Oliveira, M. D. S. (2021). Adaptação do Comprehensive assessment of Acceptance and Commitment Therapy processes (CompACT) [Manuscrito submetido para publicação]. Programa de Pós-Graduação em Psicologia da PUCRS.
- Matsunaga, M. (2010). How to Factor-Analyze Your Data Right: Do's, Don'ts, and How-To's. *International journal of psychological research*, 3(1), 97-110. <https://doi.org/10.21500/20112084.854>
- McDonald, R. P. (2013). *Test theory: A unified treatment*. psychology press.
- Osborne, J. W., Costello, A. B., & Kellow, J. T. (2008). Best practices in exploratory factor analysis. *Best practices in quantitative methods*, 86-99. DOI: <https://doi.org/10.7275/jyj1-4868>
- Padovani, R. D. C., Neufeld, C. B., Maltoni, J., Barbosa, L. N. F., Souza, W. F. D., Cavalcanti, H. A. F., & Lameu, J. D. N. (2014). Vulnerabilidade e bem-estar psicológicos do estudante universitário. *Revista brasileira de terapias cognitivas*, 10(1), 02-10. DOI: 10.5935/1808-5687.20140002

- Pistorello, J., Hayes, S. C., Lillis, J., Long, D. M., Christodoulou, V., LeJeune, J., ... Yadavaia, J. (2013). Acceptance and Commitment Therapy (ACT) in Classroom Settings. In: J. Pistorello (Ed.), *Mindfulness & Acceptance for Counseling College Students: Theory and Practical Applications for Intervention, Prevention & Outreach*. Oakland, CA: New Harbinger Publications, Inc.
- Räsänen, P., Lappalainen, P., Muotka, J., Tolvanen, A., & Lappalainen, R. (2016). An online guided ACT intervention for enhancing the psychological wellbeing of university students: A randomized controlled clinical trial. *Behaviour research and therapy*, 78, 30-42. DOI: 10.1016/j.brat.2016.01.001
- Revelle, W. (2018) *psych: Procedures for Personality and Psychological Research*, Northwestern University, Evanston, Illinois, USA, <https://CRAN.R-project.org/package=psych> Version = 1.8.12.
- Ribeiro, Í. J., Pereira, R., Freire, I. V., de Oliveira, B. G., Casotti, C. A., & Boery, E. N. (2018). Stress and quality of life among university students: A systematic literature review. *Health Professions Education*, 4(2), 70-77. <https://doi.org/10.1016/j.hpe.2017.03.002>
- Rocheftort, C., Baldwin, A. S., & Chmielewski, M. (2018). Experiential avoidance: An examination of the construct validity of the AAQ-II and MEAQ. *Behavior therapy*, 49(3), 435-449.
- Ruiz, F. J., Langer Herrera, A. I., Luciano, C., Cangas, A. J., & Beltrán, I. (2013). Measuring experiential avoidance and psychological inflexibility: The Spanish version of the Acceptance and Action Questionnaire - II. *Psicothema*, 25(1), 123-129. doi: 10.7334/psicothema2011.239
- Sandoz, E. K., Kellum, K. K., & Wilson, K. G. (2017). Feasibility and preliminary effectiveness of acceptance and commitment training for academic success of at-risk college students from low income families. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 6(1), 71-79. <https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2017.01.001>
- Shapiro, A., & Ten Berge, J. M. (2002). Statistical inference of minimum rank factor analysis. *Psychometrika*, 67(1), 79-94. <https://doi.org/10.1007/BF02294710>
- Schouwenburg, H. C. (1995). Academic procrastination. In: *Procrastination and task avoidance* (pp. 71-96). Springer, Boston, MA. https://doi.org/10.1007/978-1-4899-0227-6_4
- Souza, L. H. D., Souza, L. A. S. D., Zancan, R. K., Dillenburg, M. S., Machado, A. B. C., Oliveira, M. D. S. (2018). *Evidências preliminares de validade do Comprehensive assessment of Acceptance and Commitment Therapy processes (CompACT) para o Brasil*. 48ª Reunião Anual da Sociedade Brasileira de Psicologia. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/329701578_Evidencias_preliminares_de_validade_do_Comprehensive_assessment_of_Acceptance_and_Commitment_Therapy_processes_CompACT_para_o_Brasil

- Tavakoli, N., Broyles, A., Reid, E. K., Sandoval, J. R., & Correa-Fernández, V. (2019). Psychological inflexibility as it relates to stress, worry, generalized anxiety, and somatization in an ethnically diverse sample of college students. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 11, 1-5. <https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2018.11.001>
- Tabachnick, B.G. & Fidell, L.S. (2013) *Using Multivariate Statistics* (6th ed.). Boston, MA: Pearson.
- Vignola, R. C. B. & Tucci, A. M. (2014). Adaptation and validation of the depression, anxiety and stress scale (DASS) to Brazilian Portuguese, *Journal of Affective Disorders*, 155, 104- 109. <http://dx.doi.org/10.1016/j.jad.2013.10.031>
- Wolgast, M. (2014). What does the Acceptance and Action Questionnaire (AAQ-II) really measure?. *Behavior therapy*, 45(6), 831-839.
- Zancan, R. K., Machado, A. B. C., Boff, N., Oliveira, M. D. S. (2021). Estresse, Ansiedade, Depressão e Inflexibilidade Psicológica em Estudantes Universitários de Graduação e Pós-Graduação. *Estudos e Pesquisas em Psicologia*, 21(2), 749-767.

Submetido em: 10.11.2020

Aceito em: 06.09.2021