Lusíada
Repositório das Universidades Lusíada

Universidades Lusíada

Paba Barbosa, Carmelina
Rodríguez de Ávila, Ubaldo Enrique
Paba Argote, Zuany
Gómez Plata, Maryluz
Barrero Toncel, Virginia
Santodomingo, Andrés Camargo

Correlação entre autoeficácia emocional regulatória, depressão e ruminação em jovens do ensino médio de escolas públicas de Colômbia

http://hdl.handle.net/11067/4640
https://doi.org/10.34628/sgtw-v347

Metadados

Data de Publicação 2017

Resumo O objetivo foi estabelecer a relação entre autoeficácia emocional regulatória, depressão e ruminação em estudantes que faziam parte de uma intervenção preventiva universal em contextos escolares para a promoção de comportamentos pró-sociais e competências de regulação emocional. Participaram 240 sujeitos entre 11 e 16 anos de idade (MD: 12,56 ± 0,98). 54,5% homens e 45,5% mulheres; estudantes do ensino médio de duas escolas públicas da cidade de Santa Marta. Foram utilizados três instrumentos es...

The objective was to establish the relationship between regulatory emotional self-efficacy, depression and rumination in students who were part of a universal preventive intervention in school contexts for the promotion of prosocial behaviors and emotional regulation competencies. 240 subjects between 11 and 16 years of age participated (MD: 12.56 ± 0.98). 54.5% men and 45.5% women; middle school students from two public schools in the city of Santa Marta. Three specific instruments were used, o...

El objetivo fue establecer la relación entre autoeficacia emocional reguladora, depresión y rumiación en estudiantes que hicieron parte de una intervención preventiva universal en contextos escolares para la promoción de comportamientos prosociales y competencias de regulación emocional. Participaron 240 sujetos entre 11 y 16 años de edad (MD: 12,56 ±0,98). 54,5% hombres y 45,5% mujeres; estudiantes de educación media de dos colegios públicos de la ciudad de Santa Marta. Se utilizaron tres instr...

Palavras Chave Emoções na adolescência - Colômbia, Depressão na adolescência - Colômbia

Tipo article

http://repositorio.ulusiada.pt

Revisão de Pares Não

Coleções [ULL-IPCE] RPCA, v. 08, n. 2 (Julho-Dezembro 2017)

Esta página foi gerada automaticamente em 2024-09-21T07:29:12Z com informação proveniente do Repositório

CORRELAÇÃO ENTRE AUTOEFICÁCIA EMOCIONAL REGULATÓRIA, DEPRESSÃO E RUMINAÇÃO EM JOVENS DO ENSINO MÉDIO DE ESCOLAS PÚBLICAS DE COLÔMBIA.

CORRELATION BETWEEN REGULATORY EMOTIONAL SELF-EFFICACY, DEPRESSION AND RUMINATION IN ADOLESCENTS OF THE SECONDARY SCHOOL OF COLOMBIAN PUBLIC SCHOOLS

CORRELACIÓN ENTRE AUTOEFICACIA EMOCIONAL REGULADORA, DEPRESIÓN Y RUMIACIÓN EN JÓVENES DE SECUNDARIA DE ESCUELAS PÚBLICAS DE COLOMBIA.

Carmelina Paba Barbosa
Ubaldo Rodríguez de Ávila
Zuany Paba Argote
Maryluz Gómez Plata
Virginia Barrero Toncel
Andrés Camargo Santodomingo
Programa de Psicología, Grupo de Investigación Cognición y Educación de la Universidad del Magdalena, Santa Marta, Colombia

Resumo: O objetivo foi estabelecer a relação entre autoeficácia emocional regulatória, depressão e ruminação em estudantes que faziam parte de uma intervenção preventiva universal em contextos escolares para a promoção de comportamentos pró-sociais e competências de regulação emocional. Participaram 240 sujeitos entre 11 e 16 anos de idade (MD: 12,56 ± 0,98). 54,5% homens e 45,5% mulheres; estudantes do ensino médio de duas escolas públicas da cidade de Santa Marta. Foram utilizados três instrumentos específicos, um avaliando a autoeficácia percebida (emoções negativas e expressão de emoções positivas). Outra medida sintomas depressivos e outro para avaliar a propensão para não esquecer os tormentos e insultos sofridos e meditar por vingança a longo prazo, em oposição à tendência para superar rapidamente os sentimentos negativos resultantes de imediato mal ou desejo de reconciliação (Ruminação) A análise descritiva, a correlação bivariada de Pearson e a análise de regressão linear simples encontraram quatro significados cruzados positivos e dois negativos ou inversos. O modelo de correlação matemática foi construído para visualizar a força das variáveis estudadas entre um e outro, a fim de determinar um modelo teórico para estudos futuros. Os resultados mostraram o seguinte: Correlação positiva significativa entre Depressão e Idade, relação direta entre as variáveis Ruminação e Depressão, Correlação reversa entre Ruminação e Auto-eficácia. Da mesma forma, verificou-se que a Ruminação e a Autoeficácia são variáveis independentes controladas para o fator Idade, e que a Depressão é dependente e, portanto, pode ser explicada pelo fator Idade.

Palavras-chave: Autoeficácia emocional, Depressão, Ruminação, Adolescentes.

Abstract: The objective was to establish the relationship between regulatory emotional self-efficacy, depression and rumination in students who were part of a universal preventive intervention in school contexts for the promotion of prosocial behaviors and emotional regulation competencies. 240 subjects between 11 and 16 years of age participated (MD: 12.56 ± 0.98). 54.5% men and 45.5% women; middle school students from two public schools in the city of Santa Marta. Three specific instruments were used, one assessing perceived self-efficacy (negative emotions and expression of positive emotions). Another to measure depressive symptoms and another to assess the propensity not to forget the torments and offenses suffered and to meditate for long-term revenge, as opposed to the tendency to quickly overcome the negative feelings resulting from an immediate evil or the desire for reconciliation (Rumination). The descriptive analysis, Pearson's bivariate correlation and Simple Linear Regression analysis found four positive cross-meanings and two negative or inverse ones. The mathematical correlation model was constructed to visualize the strength of the variables studied between one and the other, in order to determine a theoretical model for future studies. The results showed the following: Significant positive correlation between Depression

and Age, direct relationship between the variables Rumination and Depression, Reverse correlation between Rumination and Self-efficacy. In the same way, it was found that Rumination and Self-efficacy are independent controlled variables for the Age factor, and that Depression is dependent and therefore can be explained by the Age factor.

Keywords: Emotional self-efficacy, Depression, Rumination, Adolescents.

Resumen: El objetivo fue establecer la relación entre autoeficacia emocional reguladora, depresión y rumiación en estudiantes que hicieron parte de una intervención preventiva universal en contextos escolares para la promoción de comportamientos prosociales y competencias de regulación emocional. Participaron 240 sujetos entre 11 y 16 años de edad (MD: 12,56 ±0,98). 54,5% hombres y 45,5% mujeres; estudiantes de educación media de dos colegios públicos de la ciudad de Santa Marta. Se utilizaron tres instrumentos específicos, uno evalúa la autoeficacia percibida (emociones negativas y expresión de emociones positivas). Otro para medir los síntomas depresivos y otro para evaluar la propensión a no olvidar los tormentos y ofensas sufridos y meditar para la venganza a largo plazo, en oposición a la tendencia a superar rápidamente los sentimientos negativos resultantes de un mal inmediato o el deseo de reconciliación (Rumiación). El análisis descriptivo, la correlación bivariada de Pearson y análisis de regresión lineal simple encontraron cuatro significancias positivas cruzadas y dos negativas o inversas. Se construyó el modelo de correlaciones matemáticas para visualizar la fuerza de las variables estudiadas entre una y otra, con el fin de determinar un modelo teórico para estudios futuros. Los resultados arrojaron lo siguiente: Correlación positiva significativa entre Depresión y Edad, relación directa entre las variables Rumiación y Depresión, correlación Inversa entre Rumiación y Autoeficacia. De igual manera, se encontró que Rumiación y Autoeficacia son variables independientes controladas para el factor Edad, y que Depresión es dependiente y por tanto se puede explicar por el factor Edad.

Palabras-clave: Autoeficacia emocional, Depresión, Rumiación, Adolescentes.

Introdução

A OMS (2017) afirma que a depressão é um transtorno mental comum que afeta 300 milhões de pessoas em todo o mundo, sendo a principal causa de incapacidade do mundo e também contribui substancialmente para o fardo global da doença. Afeta mais mulheres do que homens e, nos casos mais graves, pode levar ao suicídio.

A depressão é diferente das mudanças habituais no humor e respostas

emocionais curtas aos problemas do dia-a-dia. Pode se tornar um grave problema de saúde, especialmente quando é de longa duração e de intensidade moderada a intensa, podendo causar grande sofrimento e interromper o bom desempenho no trabalho, na escola e nas atividades familiares. A cada ano, mais de 800.000 pessoas cometem suicídio e o suicídio é a segunda causa de morte na faixa etária de 15 a 29 anos (OMS, 2017) e de acordo com a Pesquisa Nacional de Saúde Mental (ENSM) na Colômbia, junto ao consumo de bebidas alcoólicas, exposição a situações ou formas traumáticas ou várias formas de violência, ansiedade e depressão tornam-se o principal problema de saúde mental (Ministério da Saúde, 2015) e depressão aparece como a segunda causa do fardo da doença superado apenas pela hipertensão.

A partir dos componentes temáticos, variáveis ou dimensões da ENSM, a depressão torna-se o primeiro elemento de análise na amostra selecionada de sujeitos de 12 a 18 anos, também é indicado que 13,2% das mulheres e 11,2% dos homens tinham 8 ou mais sintomas de depressão; e da mesma forma, mais de 50,5% das pessoas apresentam pelo menos 4 sintomas relacionados a situações de depressão e ansiedade, sendo a maioria em mulheres (54,5%) em comparação aos homens (46,4%) (Ministério da Saúde, 2015).

É importante considerar que a depressão infantil é um assunto de grande preocupação devido à sua prevalência e sérias consequências na deterioração do funcionamento infantil, e foi estabelecido que não é um fenômeno que desaparece com o tempo, levando em consideração que os episódios são recorrentes se os fatores contribuintes não diminuírem. Por isso, a vulnerabilidade depressivo precoce é preditivo da frequência e da gravidade da depressão na idade adulta (Petersen et al. 1993, citado por Pastorelli, Barbaranelli, Caprara, & Bandura, 1999).

Moè (2015) discute o papel protetor do controle percebido na relação entre os sintomas depressivos e desempenho acadêmico na adolescência em uma amostra de 218 adolescentes com idades entre 11 a 16 anos, mostrando uma relação significativa. Além disso, Jaureguizar, Bernaras, Soroa, Sarasa & Garaigordobil (2015) analisam os sintomas depressivos em adolescentes escolares e suas relações com outros fatores no campo educacional e clínica, mas com o objetivo de chegar a um modelo preditor de sintomas depressivos o contexto escolar. Com uma amostra de 1285 estudantes entre 12 e 16 anos, encontraram uma prevalência de 3,8% de participantes com sintomas depressivos graves, com escores significativamente maiores em mulheres, embora não tenham sido encontradas diferenças na idade. Da mesma forma, Padilla & Calvete (2011), baseados na teoria de estilos de resposta, avaliaram diferenças de gênero na ruminação (reflexo negativo) e depressão, com uma amostra de 1.188 adolescentes (544 fêmeas e 644 homens) entre o idades de 12 e 18 anos, mostrando que as diferenças de gênero na reflexão explicam em parte as maiores taxas de depressão entre os adolescentes.

Por outro lado, o conceito de ruminação origina-se por volta de 1977 com

Rippere, inicialmente o termo está associado à presença de sintomas depressivos, e é definido como a presença de pensamentos negativos, frequentes e repetitivos que acompanham o humor deprimido (Inoñan, 2011; Papageorgiou & Wells, 2004). Atualmente, a ruminação é entendida como uma estratégia de enfrentamento mal-adaptativa associada ao estresse emocional (Romero, Márquez, Losada, Fernández & Nogales, 2015) e a abordagem terapêutica da aceitação e terapia de compromisso, enfatizando a importância de papel nocivo da fusão cognitiva (sendo psicologicamente dominado pela forma ou conteúdo dos pensamentos) para explicar o desconforto (Romero et al., 2015).

Ambos, ruminação e preocupação são processos cognitivos repetitivos e improdutivos, e estão associadas ou não com a depressão clínica (Pimentel & Cova, 2011) e vários estudos têm demonstrado o seu impacto negativo sobre o bem-estar emocional. Entende-se também que a ruminação desempenha um papel crucial no início, gravidade e manutenção da depressão em adolescentes e adultos (Xavier, Cunha & Gouveia, 2016) e o papel fundamental dos processos de ruminação e perseverança em a experiência da raiva tem sido empiricamente demonstrado, por isso a tendência a ruminar provou ser crucial para a compreensão dos comportamentos patológicos e adaptativos (Magan, Lozano, Pérez, Sukhodolsky & Escalona, 2016).

Nolen-Hoeksema (1990, citado por Pastorelli, Barbaranelli, Caprara, & Bandura, 1999) mostrou num estudo de laboratório que as reações ruminante a adversidade e humor negativo, pode determinar, em parte, a gravidade e duração de os episódios depressivos.

Da mesma forma, a ruminação recorrente em eventos negativos da vida e o estado desencorajador, amplifica e prolonga as reações depressivas (Kavanagh & Wilson, 1989 citados por Pastorelli et al, 1999). Além disso, a ruminação pode ser um processo pelo qual o humor depressivo se torna um transtorno depressivo generalizado na adolescência, através da deterioração do funcionamento e efeitos aversivos concomitantes (Compas, & Grant, 1993 citado por Pastorelli, Barbaranelli, Caprara e Bandura, 1999).

Así mismo, la rumiación recurrente sobre eventos negativos de la vida y el estado desalentador, amplifica y prolonga las reacciones depresivas (Kavanagh & Wilson, 1989 citados por Pastorelli et al, 1999).

Pimentel & Cova (2011) indicam que a ruminação como preocupação são processos cognitivos repetitivos e improdutivos. Em seu estudo, que avaliou a influência da ruminação depressiva e preocupação no desenvolvimento de sintomas depressivos e ansiedade em uma amostra de 226 universitários, verificou que apenas a ruminação depressiva apresentou relação significativa com os sintomas de ansiedade avaliados. Observa-se um papel da mediação da ruminação e preocupação com as diferenças de gênero na ansiedade e nos sintomas depressivos. Esses resultados mostram a necessidade de um exame especial de

pensamentos repetitivos sobre programas de prevenção e tratamento de sintomas emocionais.

Entretanto, é importante ressaltar que a auto-eficácia tem um papel importante, como fator no enfrentamento da depressão e da ruminação, motivo pelo qual, a partir da teoria do Aprendizado Social, da Teoria Cognitiva Social, da Auto-regulação e, principalmente, sobre o tema. O conceito de Self-regulations de Bandura (1977, 1986, 1991, 1997) mostra que a motivação e a ação humana são governadas em grande parte por crenças de controle que implicam três tipos de expectativas: 1) situação-expectativas de resultados, onde as consequências são causadas por eventos ambientais independentemente da ação pessoal, 2) expectativas de resultado de ação, nas quais o resultado é uma consequência da ação pessoal e 3) auto eficácia percebida, baseada na confiança da pessoa, na sua capacidade implementar as linhas de ação necessárias para alcançar o resultado desejado.

Bandura, Caprara, Barbaranelli, Gerbino & Pastorelli (2003) apontam que, entre os mecanismos do comportamento humano, nenhum é mais determinante do que as crenças das pessoas em sua efetividade para regular seu próprio funcionamento e exercer controle sobre os eventos que afetam suas vidas. .

A teoria social cognitiva postula um modelo de depressão no qual o agente tem um papel proativo, de tal forma que, ao invés de simplesmente vivenciar experiências, realiza ações para se adaptar atuando em suas vulnerabilidades e fortalecendo-as. Nesse sentido, as pessoas estão equipadas com seus recursos pessoais para selecionar e estruturar seus ambientes com o objetivo de aprimorar suas habilidades (Pastorelli et al, 1999).

Durante a adolescência, a pessoa é exposta a inúmeras mudanças que podem causar a sensação de fracasso, mas é importante ter em mente que quando as pessoas são percebidas como auto eficazes para alcançar seus objetivos, elas continuam lutando apesar do fracasso; em contraste com isso, quando as pessoas consideram que elas não têm auto eficácia e experimentam fracassos na experiência, a motivação diminuirá, e um humor depressivo será gerado.

A partir da posição de aprendizagem social, a autoeficácia influencia a intenção de modificar o comportamento de risco, mas principalmente na quantidade de esforço investido para alcançar o objetivo proposto e persistir no comportamento adotado, apesar das barreiras que poderiam enfraquecer a motivação. Essa expectativa de auto eficácia ou eficácia percebida é um importante determinante do comportamento que promove a saúde através da influência de dois níveis (Bandura, 1999): a) como mediador cognitivo da resposta ao estresse (confiança em sua capacidade de gerenciar fatores de estresse para abordar, ativar sistemas biológicos, b) como variáveis cognitivo-motivacionais que regulam o esforço e a persistência de comportamentos selecionados.

Galicia, Sánchez & Roblez (2013), em um estudo descritivo e de correlação,

com uma amostra de oitenta estudantes (50 mulheres e 30 homens), com idade entre 12 e 15 anos, mostraram que existe uma relação inversa entre depressão e auto eficácia. Os sujeitos que obtiveram baixos níveis de depressão e foram classificados como não deprimidos, apresentaram escores de auto eficácia maiores do que aqueles identificados como deprimidos graves (t=3,533, p=0,001). A auto eficácia de controle parece ser semelhante em indivíduos deprimidos e não deprimidos (t=1.244, p=0,217).

Agora, a teoria da auto eficácia foi recentemente ampliado para atender diferentes crenças de auto eficácia associados com o domínio da regulação emocional (Bandura et al, 2003; Caprara, 2002, citado por Bandura et al, 2003). Os teóricos cognitivos sociais, ao enfatizarem sobre as propriedades generativas, criativas, proativas e reflexivos da mente, têm-se centrado sobre o papel das crenças de auto eficácia na regulação relacionada com as emoções, isso faz companhia ao alta eficiência para gerir o próprio desenvolvimento acadêmico, de resistir às pressões sociais para atividades anti-sociais e se envolver com a empatia em experiências emocionais dos outros e permite o ajuste individual apropriado. Para o qual ele se referiu à importância de modular a expressão de emoções negativas e promover a expressão de emoções positivas, uma vez que este pode melhorar o funcionamento cognitivo, reduzir os efeitos das experiências perturbadoras e facilitar enfrentamento adaptativo (Folkman & Moskowitz, 2000).

Nessa ordem de ideias, a auto eficácia no manejo do afeto negativo refere-se a crenças sobre a capacidade de melhorar os estados emocionais negativos, uma vez que acordam em resposta a adversidades ou eventos frustrantes e evitam ser ultrapassados por emoções como a raiva, irritação e desânimo; e, em contraste, a auto eficácia para expressar emoções positivas refere-se a crenças na capacidade de experimentar ou permitir-se expressar emoções positivas, como alegria, entusiasmo e orgulho, em resposta ao sucesso ou a eventos prazerosos (Caprara et al., 2008).

As crenças das crianças sobre sua eficácia na regulação de sua própria aprendizagem e realização acadêmica, por sua vez, contribuíram para o desempenho acadêmico de forma independente como promovendo altas aspirações acadêmicas e comportamento pró-social e reduzindo a vulnerabilidade a sentimentos de inutilidade e depressão (Bandura et al, 1996).

Em outros estudos com adolescentes e adultos jovens, enquanto a auto eficácia na regulação de emoções negativas tem sido negativamente relacionada à depressão e à timidez subsequentes (Bandura et al., 2003, Caprara, Steca, Cervone & Artistico, 2003). A auto eficácia na expressão de emoções positivas tem sido associada à empatia e ao subsequente bem-estar (Caprara, Steca, Gerbino, Paciello & Vecchio, 2006).

Em uma avaliação multidimensional das dificuldades de regulação da emoção em adolescentes utilizando a Escala de Regulação de Dificuldades na Emoção (DERS), verificou-se que as adolescentes do sexo feminino obtiveram escores mais

altos em quatro dos seis fatores de DERS que os adolescentes do sexo masculino. Os fatores do DERS foram significativamente relacionados aos problemas de externalização (agressão física e/ou verbal) e internalização (ansiedade, depressão, entre outros) no comportamento dos adolescentes (Neumann, Van Lier, Gratz, & Koot, 2010).

Zhao, You & Peng (2013 citados por Totan, 2014) realizaram um estudo em que verificou-se que os estudantes que receberam educação em diferentes universidades do centro, leste e sul da China e relataram que a autoeficácia emocional apresentava características como a autoeficácia percebida no manejo da inferioridade, felicidade ou satisfação, inveja , medo e medo, autoconfiança, curiosidade e confiança.

Por sua parte, (Gunzenhauser et al., 2013) descobriram que há uma diferença de gênero em termos de auto regulação emocional, levando em conta que as mulheres implementam uma variedade maior de estratégias de regulação de emoções. A diferença de gênero também se manifesta no enfrentamento de situações estressantes, é mais provável que uma mulher apresente sintomas depressivos, e é mais provável que um homem mostre reações agressivas. Por exemplo, Nolen-Hoeksema e Aldao (2011) citado por Gunzenhauser et al. (2013) descobriram que estratégias de regulação de emoções mal adaptadas, que são usadas com mais frequência por mulheres, estão associadas à depressão por gênero.

Nessa ordem de ideias, a regulação das emoções positivas e a regulação das emoções negativas estão claramente relacionadas ao ajustamento emocional e social, de tal modo que a experiência e a expressão de emoções positivas estão associadas a relações sociais recompensadoras, saúde e sucesso ocupacional. .

Com base no exposto, este artigo aborda a relação entre depressão, ruminação e auto eficácia entre jovens do ensino médio de escolas públicas da cidade de Santa Marta (Colômbia), que fazem parte de uma intervenção universal de prevenção em ambientes escolares para promover comportamentos e habilidades pró-sociais e regulação emocional em uma amostra de adolescentes de diferentes cidades da Colômbia.

Metodologia

Tipo de Estudo

O presente estudo é do tipo quantitativo, com abordagem analítica empírica, que se caracteriza por sua ênfase na mensuração objetiva, demonstração da causalidade e na generalização dos resultados. Em relação à coleta de informações, se realizou de forma estruturada e sistêmica e a análise deve ser puramente estatística (Monje, 2011).

Tipo de projeto

Faz parte de um projeto de tipo correlacionai, no qual o objetivo principal é determinar o grau em que variações em um ou vários fatores estão relacionados à variação em outro ou em outros fatores (Monje, 2011).

Participantes

O estudo foi realizado com 240 sujeitos entre 11 e 16 anos de idade (MD: 12,56 ± 0,98). 54,5% correspondem a homens e 45,5% eram mulheres, todos estudantes do ensino médio (escolas oficiais) da cidade de Santa Marta.

Instrumentos

Os dados dos sujeitos (idade e sexo) foram registrados e três instrumentos específicos foram utilizados:

Cuestionario de autoeficacia emocional reguladora (RESE)

Valia a eficácia percebida para tratar as emoções negativas (Caprara & Gerbino, 2001; Caprara, Di Giunta, Eisenberg, Gerbino, Pastorelli & Tramontano, 2008; Caprara, Di Giunta, Pastorelli & Eisenberg , 2012) e expressar emoções positivas (Caprara & Gerbino, 2001; Caprara et al, 2008; Gerbino, Milioni, Alessandri, Eisenberg, Caprara, Kupfer, Pastorelli, & Caprara, 2016). O instrumento contém duas dimensões da auto eficácia emocional: 1). Gestão da emoção negativa, que mede as crenças sobre a sua capacidade de ajustar adequadamente as emoções negativas, contendo 18 artigos ou perguntas. 2). Expressão de emoções positivas, que mede crenças sobre sua capacidade de expressar emoções positivas. Também consiste em 18 perguntas. Cada item é avaliado com uma escala Likert de 5 posições e as alternativas de resposta são: 1 = Incapazes; 2 = pequena tomada; 3 = capacidade média; 4 = muito capaz; 5 = cobertura total. Cada subvariable tem uma pontuação máxima de 90 pontos, enquanto que contagens atingir 45 pontos correspondem à gama inferior ou baixa pontuação variando entre 46 e 63 pontos para a gama média e que variam de 64 em diante para o idoso. Para este estudo, subescala Gestão da Emoção Negativa tem Alpha de Cronbach de 0,81 e sub-escala Expressão de Emoções Positivas o Alpha de Cronbach foi de 0,817, que é considerado altamente confiável para esta investigação.

Escala CES-D

É uma escala de autorrelato de curta duração projetada para medir sintomas

depressivos na população geral. Os elementos da escala são os sintomas associados à depressão. O CES-D foi projetado para ser usado em pesquisas gerais da população e, portanto, é uma medida curta e estruturada de autorrelato. A escala foi projetada para uso em estudos da relação entre depressão e outras variáveis entre subgrupos populacionais. Mede sintomas depressivos na população geral (Radloff, 1977). A escala é composta por 18 itens e quatro itens de controle não qualificados, que fornecem uma taxa de resposta sobre a frequência de certos sintomas. As alternativas de resposta são: 1= Quase Nunca/Nunca; 2= Algumas vezes (1/2 dias); 3= Frequentemente (3/4 dias); 4= Sempre/Quase sempre (5/7 dias). O escore da escala tem um valor máximo de 84 pontos, onde o valor de 36 para baixo corresponde à faixa baixa, valores entre 37 e 52 pontos correspondem à faixa média e valores iguais ou maiores que 53 correspondem à faixa alta. Para o presente estudo, a Escala CES-D apresenta um Alpha de Cronbach de 0,85 considerado altamente confiável para este relato.

Cuestionario Disipación-Rumiación (Caprara, 1986)

É uma medida da propensão para não esquecer os tormentos e insultos que sofreu-se e meditar para a vingança ao longo prazo, em oposição à tendência para superar rapidamente os sentimentos negativos resultantes do mal imediato ou desejo de reconciliação. A ruminação hostil é considerado um preditor significativo de agressão (Caprara, 1986; Caprara & Pastorelli, 1989). Assim, a escala original Dissipação-Ruminação consistindo de 20 itens (15 verdadeira e 5 controle, segundo Caprara, 1986), mas, para o presente estudo usou-se uma versão reduzida que consiste de 10 itens incluindo 2 utilizados como controlo. Cada O item é avaliado com uma escala Likert de seis posições, com exceção da posição intermediária. As alternativas de resposta são: 1= Completamente falso para mim; 2= em grande parte falso para mim; 3= Até certo ponto, falso para mim; 5= Completamente verdadeiro para mim; 6= muito verdadeiro para mim; 7= Até certo ponto verdade para mim. Assim, a pontuação máxima é alcançada no presente instrumento é de 56 pontos, em que a classificação mais baixa ou menor atinge uma pontuação de 32 pontos, a gama alta tem uma pontuação variando entre 33 e 44 e a gama média é 45 a 56 pontos. O Alfa de Cronbach para o Questionário de Dissipação-Ruminação para o presente estudo é 0,823, que é considerado altamente confiável para este relatório.

Procedimento

Os participantes foram selecionados aleatoriamente entre os pesquisadores e a gerência da instituição. Os professores dos cursos concederam permissão para a aplicação dos questionários. Além disso, os pais dos adolescentes selecionados assinaram um termo de consentimento livre e esclarecido por meio

do qual autorizaram a participação ou não de seu(s) filho(s) no estudo, assim como assinaram o termo de consentimento livre e esclarecido, a participação foi totalmente voluntária. É importante notar que a aplicação dos questionários foi feita com a presença de psicólogos previamente qualificados na aplicação dos referidos instrumentos. O estudo foi realizado com dois grupos de estudantes de duas instituições públicas de ensino da cidade de Santa Marta. Os grupos correspondiam ao grau escolar, idades e condições socioculturais.

Análise de dados

Foi realizada uma análise descritiva com medidas de tendência central. Técnica de correlação bivariável de Pearson foi aplicada, com dois tipos de significações, uma com $p<0,01$ (99% de intervalo de confiança) e outra com $p<0,05$ (intervalo de confiança de 95%). Em seguida, um gráfico de dispersão foi feito para exibir a análise de regressão linear simples entre as variáveis relacionadas, a fim de verificar a força de correlação. O coeficiente utilizado para esse fim foi o "coeficiente de determinação" R2 (R ao quadrado). O coeficiente determina a qualidade do modelo para replicar os resultados e a proporção de variação dos resultados que pode ser explicada pelo modelo. O modelo estatístico utilizado no presente estudo é coerente e compatível com os objetivos do estudo. O coeficiente de determinação "R2 é o quadrado do coeficiente de correlação de Pearson, para este caso é uma Regressão Linear Simples, e os valores também variam de 0 a 1. O programa estadística utilizado foi o SPSS versão 15.

Considerações éticas

É declarado que não houve conflito ético durante a realização do estudo, o qual foi aprovado pelo comitê de ética em pesquisa da universidade que atua de acordo com a Resolução 8430 que regulamentou a pesquisa em saúde (Ministério da Saúde, 1993).

Resultados

A auto eficácia inclui duas sub-variáveis: Emoção Negativa e Emoção Positiva. Em relação à emoção negativa, foi encontrada uma pontuação mínima de 38 e uma pontuação máxima de 86 (MD: 56,84 ± 11,44). 17% foram encontrados em uma faixa baixa de Emoção Negativa, 60% na faixa intermediária e 23% na faixa alta.

Quanto à Emoção Positiva, o escore mínimo observado foi de 38 e o escore máximo de 90 (MD: 68,07 ± 10,23). 68% estão em uma faixa de alta emoção positiva, 30% na faixa intermediária e 2% na faixa baixa.

Na escala Depressão, o escore mínimo encontrado foi de 16 e o escore máximo de 64 (MD: 35,7 ± 9,39). Assim, 50% dos sujeitos estudados estão na faixa baixa dessa medida, 47% na faixa média e 3% na alta.

Por outro lado, a ruminação obteve pontuação mínima de 8 e máxima de 56 (MD: 33,45 ± 11,54). Assim, 40% dos indivíduos foram encontrados em um alto nível de ruminação e 15% em um nível médio, enquanto 45% foram encontrados em níveis baixos.

Uma análise de variância univariada (ANOVA) também foi realizada para comparar os escores das variáveis entre homens e mulheres e entre adolescentes acima de 12 anos de idade. A ANOVA mostra diferenças significativas entre homens e mulheres na percepção de auto eficácia no manejo de emoções positivas e nos níveis de depressão entre adolescentes com mais de 12 anos de idade. Especificamente, as mulheres relatam uma maior percepção de auto eficácia na expressão de suas emoções positivas (F= 6,271, p <0,05) em comparação aos homens, e adolescentes com mais de 12 anos relatam um nível mais alto de sintomas depressivos do que seus pares mais novos (F= 10,083, p <0,01).

Por outro lado, a análise de correlação indica uma correlação fraca e positiva (r = .16, p<0,05) entre o sexo dos adolescentes e a auto eficácia no manejo das emoções positivas. Este último também é negativamente associado com a tendência dos adolescentes de ruminar (r= .15, p<0,05). A auto eficácia percebida no manejo das emoções negativas tem uma correlação negativa (r = .12), que tende a ser significativa, com os níveis de ruminação das crianças. As variáveis depressão e ruminação estão positivamente correlacionadas entre si (r = .14, p<0,05) e os níveis de depressão mostram uma correlação positiva, de entidade moderada com a idade das crianças, enquanto não se correlaciona com o sexo de adolescentes ou com as dimensões da auto eficácia na regulação das emoções.

Quando foram feitas correlações cruzadas, quatro significâncias cruzadas positivas e duas significâncias negativas ou inversas foram encontradas (ver Tabela 1).

Al hacer las correlaciones cruzadas, se encontraron cuatro significancias positivas cruzadas y dos negativas o inversas (Ver tabla 1).

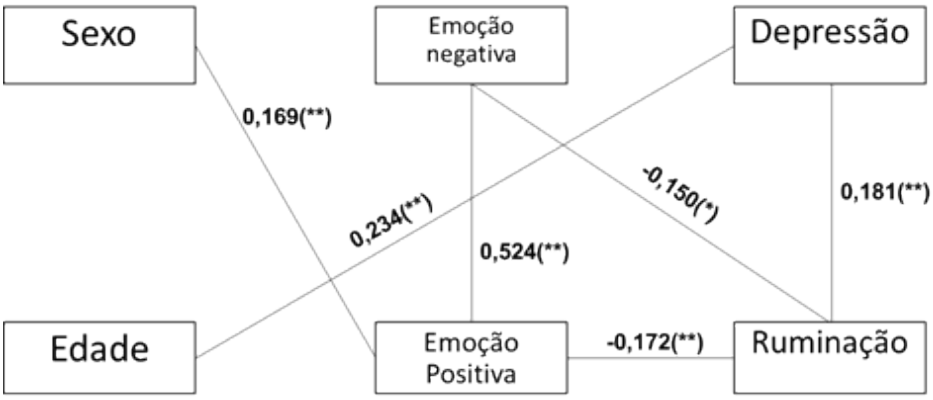
Tabela 1 - Correlatos cruzados de Pearson

					Auto Eficácia							
	SEXO		EDADE		Emoção negativa		Emoção Positiva		Depressão		Ruminação	
	r	*p*	*r*	*p*	*r*	*p*	*r*	*p*	*r*	*p*	*r*	*p*
SEXO	1											
EDADE	0,006	0,93	1									
Emoção negativa	-0,068	0,288	-0,005	0,93	1							
Emoção Positiva	,169(**)	0,009	-0,079	0,22	,524(**)	0	1					
Depressão	-0,039	0,547	,234(**)	0	-0,048	0,46	-0,019	0,77	1			
Ruminação	-0,07	0,282	0,022	0,73	-,150(*)	0,02	-,172(**)	0,01	,181(**)	0,01	1	

** p<0,01 * p<0,05 r: Coeficiente de correlação de Pearson p: Significância

Em seguida, constrói-se o modelo de correlação matemática para visualizar a força das variáveis estudadas entre um e outro, a fim de determinar um modelo teórico para estudos futuros (ver Figura 1).

Figura 1 - Modelo de correlação



** p<0,01 * p<0,05

O relatório destaca a análise da correlação entre auto eficácia na expressão de emoções positivas e níveis de ruminação. Foi utilizada uma análise de regressão para verificar a quantidade de variabilidade nos níveis de ruminação dos meninos, explicada pela associação com a medida de auto eficácia. A regressão múltipla foi implementada pela verificação do sexo dos adolescentes significativamente associado à medida de auto eficácia. A regressão mostra que, ao verificar o sexo das crianças, a capacidade percebida para expressar efetivamente suas emoções positivas alcança um nível mais baixo de ruminação (β= - .14, R2= .022, p <0,05).

Da mesma forma, foi analisada a segunda relação baseada na análise de correlações entre ruminação e depressão. A análise de regressão múltipla (ver tabela 2) relatou que a idade dos adolescentes (β= .20, p<0,01) e o nível de ruminação (β= .15, p<0,05) foram significativamente e positivamente relacionados com seu nível de depressão, o que indica que uma maior idade dos adolescentes e níveis mais altos de ruminação predizem níveis mais altos de depressão. Os dois preditores (idade e ruminação) juntos explicam 6% da variabilidade no escore de depressão.

Dada a verificação do papel preditivo da idade dos adolescentes nos níveis de depressão, procedeu-se à análise da relação entre ruminação e depressão em dois grupos etários diferentes (adolescentes menores de 12 anos e maiores de 12 anos). Regressões simples mostraram que o papel preditivo da ruminação em sintomas depressivos é significativo apenas para os adolescentes mais jovens (β = .17, R2= .017, p<0,05).

Tabela 2 - Associação entre Autoeficácia na Expressão de Emoções Positivas e Ruminação e entre Ruminação e Depressão.

	Ruminação					
Preditores	R^2					
	.02			B		*p*
Sexo						
Autoeficácia Emoções Positivas				-.14		.029
	Depressão					
Preditores	R^2					
	.06			B		*p*
Edade				.20		.001
Ruminação				.15		.018
Faixas etárias	<12 anos			>12 anos		
	R^2	β	*P*	R^2	β	*p*
Ruminação	.03	.17	.038	.009	.09	.338

Nota: Os coeficientes de regressão padronizados (β) são relatados.

Discussão

De acordo com Bandura et al. (2003), as crenças sobre a eficácia pessoal influenciam os padrões de autorregulação adotados pelas pessoas, sejam elas positivas ou negativas, e também influenciam quanto esforço investem em iniciativas selecionadas, como eles persistem diante das dificuldades, quão resilentes eles são à adversidade, quão vulneráveis eles são ao estresse e à depressão, e que tipo de escolhas eles fazem em importantes pontos de decisão que marcam o curso da vida.

Assim, é importante notar que, no presente estudo, uma porcentagem representativa dos sujeitos tendem a estar apresentando ou expressando emoções negativas, no entanto, também foi constatado que as emoções positivas tendem a ser expressas pelos sujeitos estudados.

No entanto, a vida cotidiana é imersa em um contexto que gera provocações situacionais e estressantes que geram afeto negativo. "O afeto negativo é uma parte natural da vida cotidiana que requer um autogerenciamento efetivo por meio de capacidades de autorregulação" (Bandura et al, 2003, p 770) e como mencionado, ao contrário dos efeitos frequentemente discordantes do afeto negativo, o afeto positivo promove a conexão social e o vínculo.

Bandura et al. (2003) afirmam que existe um padrão de diferenças de gênero na percepção de autoeficácia, o que pode ser corroborado no presente estudo, uma vez que se constatou que mulheres jovens da amostra possuem um maior nível

de autoeficácia na regulação de Emoções positivas comparadas aos homens, desta maneira, elas teriam mais facilidade para expressar afeição, gosto, alegria e como apontam Folkman & Moskowitz (2000), Fredrickson (1998), Isen (1987), fomentar as relações de afiliação, levando em consideração que o afeto positivo pode melhorar o funcionamento cognitivo, ajudar a amortecer os efeitos perturbadores das experiências aversivas e facilitar o enfrentamento adaptativo.

Da mesma forma, no presente estudo foi encontrada uma correlação positiva significativa entre depressão e idade, constatando que indivíduos com idade superior a 12 anos apresentam níveis mais elevados de depressão, o que pode ser contrastado com os achados de Jaureguizar et al. (2015), ao estudarem adolescentes de 12 a 16 anos, encontraram escores significativamente maiores em mulheres, embora não houvesse diferenças na depressão com base na idade.

Por outro lado, Moé (2015) aponta que a depressão em adolescentes poderia estar relacionada a múltiplas variáveis, principalmente acadêmicas, porém cada sujeito processará a sintomatologia depressiva de formas muito diferentes, dependendo dos fatores de proteção a ela, o que torna as causas explicativas são variáveis e não constantes em populações específicas.

A literatura tem mostrado a influência da autoeficácia na regulação do impacto do afeto, assim como tem sido revelado que os estados afetivos têm um impacto generalizado nos julgamentos de autoeficácia pessoal. Teti e Gelfand, citados por Bandura et al (2003) apresentam resultados de estudos observacionais de interações de mães com diagnóstico de depressão e relatam que suas crenças sobre a autoeficácia parental se tornam um preditor de quanto competente é realizar atividades de cuidado.

No que diz respeito à ruminação, que se refere a pensamentos conscientes e repetitivos que giram em torno de um tema comum, e geralmente envolve cognições que são intrusivas e aversivas (Carson, Cupach, Sukhodolsky, 2001, Miller et al, 2003, Broderick, Korteland, 2002 citado por Peled & Moretti, 2010), mencionam que o processo cognitivo da ruminação mantém e intensifica o afeto negativo e, portanto, é considerado uma estratégia mal adaptativa na regulação do afeto.

A ruminação foi inicialmente associada à presença de sintomatologia depressiva e definida como a presença de pensamentos negativos, frequentes e repetitivos, que acompanham o humor depressivo (Inoñán, 2011; Papageorgiou & Wells, 2004), o que é corroborado no presente estudo, quando verificado relação direta entre as variáveis Ruminação e Depressão, ou seja, à medida que a Ruminação aumenta, a Depressão aumenta nos sujeitos estudados, e vice-versa. No entanto, hoje a Ruminação é entendida como uma estratégia de enfrentamento desadaptativo associado ao sofrimento emocional (Pimentel & Cova, 2011, Romero et al., 2015) e ressaltada a importância do papel nocivo da fusão cognitiva, constituindo um processo cognitivo repetitivo e improdutivo associado à depressão clínica, embora sejam constructos conceituais e empíricos independentes.

Este estudo também nos permite apontar que quanto mais autoeficácia na regulação das emoções, haverá menos ruminação, corroborando a hipótese formulada por Bandura et al (2003), no sentido de que a eficácia percebida, acadêmica, social e auto reguladora afeta a depressão, o comportamento criminoso e a prosocialidade concorrente e prospectiva. A autoeficácia acadêmica percebida desempenha um papel atenuante na depressão e na transgressão. Um sentido certo de autoeficácia acadêmica reduz a vulnerabilidade à depressão promovendo o desempenho acadêmico e alterando a interpretação e o gerenciamento do fracasso (Bandura et al, 1999).

Por outro lado, Galicia et al. (2013) encontraram em jovens entre os 12 e 15 anos de idade, relação inversa entre a depressão e auto eficácia, corroborando os resultados neste estudo a ser encontrado correlação inversa entre ruminação e auto-eficácia: Quando os valores fican aumentados de auto-eficácia diminui ruminação, e quando aumentar os valores de Ruminação, diminua os valores de autoeficácia.

A abordagem empírica deste estudo ajuda a inferir com Bandura que a auto eficácia desempenha um papel importante como fator de lidar com a depressão e ruminação, como o proposto por ele a partir da Social learning theory (Bandura, 1977) a partir da Social Cognitive Theory (Bandura, 1986), a partir das propostas da Self-regulation (Bandura, 1991) e, principalmente, no conceito de Self-efficacy (Bandura, 1997). Assim, do ponto de vista da aprendizagem social, auto eficácia influencia a intenção de alterar o comportamento de risco, mas principalmente sobre a quantidade de esforço aplicado para alcançar o objetivo proposto e persistir no comportamento adotado, apesar das barreiras que poderiam enfraquecer a motivação (Bandura 1999).

Nesta análise da Depressão, Ruminação e Auto-eficácia, e de acordo com o modelo teórico que suporta o programa CEPIDEA (Caprara et al, 2010, Caprara, Luengo, Gerbino, Zuffianò, Guido, ... & Bridglall, 2014) espera-se uma melhoria significativa em comportamentos pró sociais, principalmente autoeficácia na regulação de emoções e, portanto, fornecem os recursos comportamentais, emocionais e cognitivos para aumentar os níveis de autoeficácia em adolescentes após a fase de intervenção com o programa, como uma variável protetora de ruminação e depressão, como vem se desenvolvendo desde Roma.

Em conclusão, uma correlação positiva significativa foi encontrada entre depressão e idade, uma relação direta entre as variáveis ruminação e depressão também foi encontrada, o que significa que, como a ruminação aumenta, a depressão aumenta nos sujeitos estudados. Da mesma forma, foi encontrada uma correlação inversa entre Ruminação e Autoeficácia: Quando os valores de autoeficácia aumentam, a Ruminação diminui. Verificou-se também que a Ruminação e a Autoeficácia são variáveis controladas independentes para o fator Idade, e que a Depressão é dependente e, portanto, pode ser explicada pelo fator Idade.

Referências

Bandura, A. (1977). Social learning theory. Englewood Cliffs: Prentice-Hall

Bandura, A. (1986). Social foundations of thought and action. A social cognitive theory. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.

Bandura, A. (1991). Self-regulation of motivation through anticipatory and self-reactive mechanisms. In R. A.Dienstbier (Ed.), Perspectives on motivation: Nebraska symposium on motivation (Vol. 38, pp. 69–164). Lincoln, US: University of Nebraska Press.

Bandura, A., Barbaranelli, C., Caprara, G. V., & Pastorelli, C. (1996). Impacto multifacético de las creencias de autoeficacia en funcionamiento académico. Child Development, 1206-1222.

Bandura, A. (1997). Self-efficacy: The exercise of control. New York: Freeman.

Bandura, A., Pastorelli, C., Barbaranelli, C., & Caprara, G. (1999). Vías de autoeficacia para la depresión infantil. Revista de Personalidad y Psicología Social, 258-269.

Bandura, A. (1999). A social cognitive theory of personality. In L.Pervin & O.John (Eds.), Handbook of personality (2nd ed., pp. 154–196). New York: Guilford.

Bandura, A., Caprara, G. V., Barbaranelli, C., Gerbino, M., & Pastorelli, C. (2003). Papel de la eficacia autorreguladora afectiva en diversas esferas del funcionamiento psicosocial. Child Development, 74(3), 769-782.

Caprara, G., (1986). Indicators of aggression: The dissipation-rumination scale. Personality and individual differences, 7 (6), 763-769.

Caprara, G., (1989). Toward a reorientation of research on aggresion. European Journal of Personality, 3, 121-138.

Caprara, G., Gerbino, M. (2001) Affective perceived self-efficacy: The capacity to regulate negative affect and to express positive affect. In: Caprara (Ed.). Self-efficacy assessment. 35–50.

Caprara, G., Steca, P., Cervone, D., & Artistico, D. (2003) The contribution of self-efficacy beliefs to dispositional shyness: On social-cognitive systems and the development of personality dispositions. Journal of Personality. 943–970.

Caprara, G., Steca, P., Gerbino, M., Paciello, M., & Vecchio, G (2006) Looking for adolescents' well-being: Self-efficacy beliefs as determinants of positive thinking and happiness. Epidemiologia e Psichiatria Sociale, 30–43.

Caprara, G., Di Giunta, L., Eisenberg, N., Gerbino, M., Pastorelli, C., & Tramontano, C. (2008). Evaluar la autoeficacia emocional normativa en tres países. Psychological Assessment, 227-237.

Caprara, G.V., Alessandri, A., Di Giunta, L., Panerai L., & Eisenberg, N. (2010). The contribution of agreeableness and self-efficacy beliefs to prosociality. European Journal of Personality, 36-55.

Caprara, G., Di Giunta, L., Pastorelli, C., Eisenberg, N. (2012). Mastery of negative

affect: A hierarchical model of emotional self-efficacy beliefs. Psychological Assessment, 105-116. doi:10.1037/a0029136

Caprara, G., Luengo, B., Gerbino, M., Zuffianò, A., Guido, A., Vecchio, G. & Bridglall, B. (2014) Positive Effects Of Promoting Prosocial Behavior In Early Adolescence Evidence From A School-Based Intervention. Sapienza University of Rome. Obtained from: http://jbd.sagepub.com/content/38/4/386.short

Fredrickson, B. (1998). What good are positive emotions? Review of General Psychology, 2, 300–319.

Folkman, S., Moskowitz, J. (2000). Positive affect and the other side of coping. American Psychologist, 55, 647–654.

Galicia, I., Sánchez, A. y Robles, F. (2013). Autoeficacia en escolares adolescentes: su relación con la depresión, el rendimiento académico y las relaciones familiares. Anales de psicología, 29 (2), 491-500. Recuperado de: http://revistas.um.es/analesps/article/view/analesps.29.2.124691/147601

Gerbino, M., Milioni, M., Alessandri, G., Eisenberg, N., Caprara, M., Kupfer, A., Caprara, G. (2016). Self-Efficacy in Retrieving Positive Emotional Experience and Using Humor: A Validation Study of a New Instrument in Three Countries. European Journal of Psychological Assessment. Advance. Obtained from: http://dx.doi.org/10.1027/1015-5759/a000356

Gunzenhauser, C., Heikamp, T., Gerbino, M., Alessandri, G., Von Suchodoletz, A., Di Giunta, L., Trommsdorff, G. (2013). Self-Efficacy in Regulating Positive and Negative Emotions: A validation Study in Germany. European Journal of Psychological Assessment, 197-204.

Inoñan, C.E. (2011). Propiedades psicométricas de la escala de respuestas rumiativas en una muestra de adultos de Lima. Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima. Recuperado de: http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/123456789/1286

Isen, A. (1987). Positive affect, cognitive processes, and social behavior. Advances in Experimental Social Psychology, 20, 203–253.

Jaureguizar J., Bernaras, E., Soroa, M; Sarasa, M. y Garaigordobil, M. (2015). Sintomatología depresiva en adolescentes y variables asociadas al contexto escolar y clínico. Behavioral Psychology, 23 (2), 245-264. Recuperado de: http://www.funveca.org/revista/pedidos/product.php?id_product=671

Magán, I., Lozano, JH., Pérez. MÁ., Sukhodolsky, DG. y Escalona, A. (2016). Psychometric Properties of the Spanish Adaptation of the Anger Rumination Scale: Evidence of Reliability and Validity in the General Population. The Spanish Journal of Psychology, 19 (17). Recuperado de: https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27103336

Ministerio de Salud. (1993). Resolución 008430 por la cual se establecen las normas científicas, técnicas y administrativas para la investigación en salud. Santa Fe de Bogotá: MinSalud

Ministerio de Salud & Colciencias. (2015). Encuesta Nacional de Salud Mental 2015. Bogotá: MinSalud.

Moè, A. (2015). Perceived control mediates the relations between depressive symptoms and academic achievement in adolescence. The Spanish Journal of Psychology, 18 (1), 1-7. Recuperado de: http://dx.doi.org.biblioteca.unimagdalena.edu.co:2048/10.1017/sjp.2015.68

Monje, C. (2011). Metodología de la investigación cuantitativa y cualitativa. Recuperado de: https://www.uv.mx/rmipe/files/2017/02/Guia-didactica-metodologia-de-la-investigacion.pdf

Neumann, A., Van Lier, P., Gratz, K., & Koot, H. (2010). Evaluación multidimensional de las dificultades de regulación de la emoción en adolescentes utilizando la Escala de Regulación de dificultades en la Emoción. SAGE Journals, 138-149.

Organización Mundial de la Salud. (2017). La depresión: Nota descriptiva N°369 Abril de 2016. Recuperado de: http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs369/es/

Padilla, P. & Calvete, E. (2011). Rumiación, género y síntomas depresivos en adolescentes: adaptación de la escala de respuestas rumiativas del cuestionario CRSS. Ansiedad y Estrés, 17 (1), 51-61.

Papageorgiou, C. & Wells, A. (2004). Depressive Rumination: Nature, Theory and Treatment. West Sussex: John Wiley & Sons Ltd.

Pastorelli, C., Barbaranelli, C., Caprara, G., & Bandura, A. (1999). Self-Efficacy Pathways to Childhood Depression. Journal of Personality and Social Psychology, 258-269.

Peled, M., & Moretti, M. (2010). Ruminating on Rumination: are Rumination on Anger and Sadness Differentially Related to Aggression and Depressed Mood? Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment, 108-117.

Pimentel, M. & Cova, F. (2011). Efectos de la rumiación y la preocupación en el desarrollo de sintomatología depresiva y ansiosa en estudiantes universitarios de la Ciudad de Concepción, Chile. Terapia Psicológica Revista Chilena de Psicología Clínica, 29 (1), 43-52. Recuperado de: http://dx.doi.org.biblioteca.unimagdalena.edu.co:2048/10.4067/S0718-48082011000100005

Radloff L. (1977), The CES-D Scale: A self-report depression scale for research in the general population. Applied Psychological Measurement, 1, 385-401.

Romero, R., Márquez, M., Losada, A., Fernández, V., & Nogales, C. (2015). Rumiación y fusión cognitiva en el cuidado familiar de personas con demencia. Revista Española de Geriatría y Gerontología, 50 (5), 216-222. Recuperado de: http://dx.doi.org.biblioteca.unimagdalena.edu.co:2048/10.1016/j.regg.2015.02.007

Totan, T. (2014). La escala de autoeficacia emocional normativa: cuestiones de confiabilidad y validez dentro de un grupo de muestra de Turquía. Psychological Tought, 342-353.

Xavier, A., Cunha, M. & Gouveia, J. (2016). Rumination in adolescence: the distinctive impact of brooding and reflection on psychopathology. The Spanish Journal of Psychology, 19, 1-11. Recuperado de: http://dx.doi.org.biblioteca.unimagdalena.edu.co:2048/10.1017/sjp.2016.41

Xavier, A., Pinto-Gouveia, J., y Cunha, M. (2016). El papel protector de la autocompasión en los factores de riesgo de autolesión no suicida en la adolescencia. School Mental Health , 8 (4), 476-485. Recuerado de: http://self-compassion.org/wp-content/uploads/2016/06/Xavier_etal_2016.pdf

Zhao, X., You, X., & Peng, Z. (2013). Factor Analysis of the Regulatory Emotional Self-efficacy Scale of Chinese College Students. Social Behavior and Personality: An International Journal, 751-760.