



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq
ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

Vol. 17, número 1, jan-jun, 2024, pág. 332-358

Desenvolvimento e Validação da Escala de Autogradidão (EAG):

Avanços na Medição Psicométrica

Developing and Validating the Self-Gratitude Scale (SGS):

Advancements in Psychometric Measurement

Marijaine Rodrigues de Lima Freire¹
Alexsandro Medeiros do Nascimento²
Antonio Roazzi³

RESUMO

Este estudo aborda a notável carência de instrumentos psicométricos validados para aferir o construto de Autogradidão, definido como a capacidade de reconhecimento e apreciação pessoal pelas próprias realizações e qualidades. Dada a importância deste construto para o desenvolvimento pessoal e a saúde mental, o objetivo principal desta pesquisa foi o desenvolvimento e a validação de um instrumento psicométrico específico para medir a Autogradidão. Para atingir tal objetivo, foi empregada a Escala de Autogradidão (EAG) em uma amostra diversa, consistindo em 256 participantes brasileiros de diferentes regiões do país. A EAG, composta por 11 itens cuidadosamente selecionados, foi submetida a métodos estatísticos visando garantir a confiabilidade dos resultados, incluindo a análise de componentes principais e técnicas multidimensionais. Os resultados obtidos apontaram para uma estrutura unidimensional da escala, com um nível de consistência interna notavelmente alto (alfa de Cronbach = 0,930). Além disso, a EAG demonstrou correlações positivas significativas com escalas de autoestima, consolidando sua validade convergente e discriminante. Este achado reforça a aplicabilidade da EAG em pesquisas dentro dos domínios da psicologia cognitiva e positiva. Em suma, a Escala de Autogradidão emerge como um instrumento promissor, oferecendo novas perspectivas para estudos

¹ Doutora em Psicologia Cognitiva pela Universidade Federal de Pernambuco (UFPE). Psicóloga. E-mail: jaine.rlf@gmail.com. Brasil. ORCID iD: <http://orcid.org/0000-0002-7990-0348>

² Doutor em Psicologia Cognitiva pela Universidade Federal de Pernambuco (UFPE).

Professor titular vinculado à Universidade Federal de Pernambuco (UFPE). E-mail: alexsandro.mnascimento@ufpe.br. Brasil. ORCID iD: <http://orcid.org/0000-0002-9981-8384>

³ Doutor em Psicologia do Desenvolvimento Cognitivo pela University of Oxford, UK. Professor titular vinculado à Universidade Federal de Pernambuco (UFPE). E-mail: roazzi@gmail.com. Brasil. ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0001-6411-2763>



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

futuros no campo emergente da Autogratidão, um tema até então pouco explorado na literatura psicológica contemporânea.

Palavras-chave: Gratidão; Autogratidão; Instrumento psicométrico; Psicologia positiva; Cognição.

ABSTRACT

This study addresses the notable lack of validated psychometric instruments to measure the construct of Self-gratitude, defined as the capacity for personal recognition and appreciation for one's achievements and qualities. Given the importance of this construct for personal development and mental health, this research's main objective was to develop and validate a specific psychometric instrument to measure Self-gratitude. In order to achieve this objective, the Self-Gratitude Scale (SGS) was used in a diverse sample of 256 Brazilian participants from different regions of the country. The SGS, composed of 11 carefully selected items, was subjected to statistical methods to ensure the reliability of the results, including principal component analysis (PCA) and multidimensional techniques (SSA). The results pointed to a unidimensional scale structure with a remarkably high level of internal consistency (Cronbach's alpha = 0.930). Furthermore, the SGS demonstrated significant positive correlations with self-esteem scales, consolidating its convergent and discriminant validity. This finding reinforces the applicability of SGS in research within the domains of cognitive and positive psychology. In short, the Self-Gratitude Scale emerges as a promising instrument, offering new perspectives for future studies in the emerging field of Self-Gratitude, a topic hitherto little explored in contemporary psychological literature.

Keywords: Gratitude; Self-gratitude; Psychometric instrument; Positive psychology; Cognition.

A Autogratidão é o ato de gratidão voltado para si mesmo. A sua investigação no campo científico é recente e encontra-se em estado embrionário, ao contrário das investigações com o construto Gratidão que, mesmo recentes, já se encontram bem consolidadas cientificamente, apresentando um número significativo de estudos realizados, sobretudo através de investigações da Psicologia Positiva, apresentando resultados significativos para a saúde de um modo geral e as interações sociais (ver por exemplo: Emmons, 2004; Emmons & Shelton, 2002; Emmons, McCullough & Tsang, 2003; Jindal, Arora, Puri, & Nanda, 2022; McCullough, Emmons & Tsang, 2002; Tsang & Martin,



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

2019; Watkins, McLaughlin & Parker, 2021), constituindo-se como uma prática social cotidiana.

Com relação à prática da Autogradidão, mesmo existindo passagens na literatura acerca do autoagradecimento remontando a épocas anteriores a era cristã, conforme pontua McAleer (2016), esta ainda não se mostra tão difundida socialmente quanto aquela. Entretanto, na atualidade vem ganhando popularidade e sendo disseminada de modo crescente na internet como uma prática bastante positiva e autorreflexiva, promotora de reconhecimento e valorização pelas próprias conquistas e potencialidades, melhorando a autoestima de quem a pratica e o amor e o cuidado consigo, conseqüentemente, aumentando o autoconhecimento e a felicidade (ver por exemplo: Diniz, 2018; Equilíbrio Contínuo, 2020; Minha Vida, 2018).

No campo da filosofia tem sido pensada como simétrica da Gratidão, o que consiste de que desvios ou variações nos paradigmas desses dois fenômenos podem ser considerados conceitual e avaliativamente simétricos, implicando dizer que aumentam ou decrescem juntos. Com a variação para a Gratidão referindo-a como sendo um agradecimento de A para B por B ter beneficiado intencionalmente A, enquanto que na Autogradidão, dá-se um agradecimento de A para A, por A ter se beneficiado intencionalmente (McAleer, 2016). Cientificamente, já há alguns trabalhos teóricos e empíricos com o construto, apresentando resultados promissores e confirmando as sugestões encontradas na internet (ver Freire, 2023; Freire, Nascimento & Roazzi, 2019; Homan & Hosak, 2019; Howells, 2020; 2021; McCarthy, 2012; Tachon, Rouibah, Morgan, & Shankland, 2022).

No estudo de Tachon et al. (2022), um protótipo de definição foi cunhado, com a Autogradidão referindo-se ao reconhecimento e a valorização de benefícios significativos envolvendo o eu. Em Freire et al.



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

(2019), foi pontuada como como um aspecto da Gratidão voltado para o eu ou Gratidão autodirigida. Os estudiosos Verma, Kumar e Yadav (2019) apontaram-na como um traço positivo da Gratidão, mas percebido de modo diferenciado desta. E, McCarthy (2012, p. 1), conceitua a Autogratidão como “a capacidade de apreciar a si mesmo sem o benefício de uma influência externa” ou dependência da opinião do outro. Acrescenta ainda que a sua prática parece estar imbuída de um grande potencial para a constituição subjetiva dos indivíduos, não podendo jamais ser confundida com falta de modéstia, vanglória, arrogância ou qualquer sentimento de superioridade, uma vez que tais atitudes são direcionadas para fora, para o outro (Freire, 2023; Howells, 2021; McCarthy, 2012).

Com o intuito de robustecer as bases teóricas do construto Autogratidão, o presente estudo, que é parte de uma investigação maior referente a Tese de doutorado da primeira autora, teve como objetivo contribuir com as bases para a sua mensuração, a partir da elaboração e validação de um instrumento psicométrico avaliativo, unidimensional, em língua portuguesa do Brasil, para mensurar adequadamente a Gratidão autodirigida. Para tal, amparou-se na teoria para construção de instrumentos e na dimensionalidade de atributos quanto a estrutura interna propostas por Pasquali (1999). Como também no conhecimento já existente sobre a construção de instrumentos para a Gratidão heterodirigida, em que considerou-se a perspectiva disposicional elaborada e desenvolvida por Emmons et al. (2003). E, para a elaboração dos itens, buscou-se inspiração no *The Gratitude Questionnaire (GQ-6)*, elaborado por esses mesmos autores em 2002, sob os mesmos critérios disposicionais (ver McCullough et al., 2002), que foi traduzido e validado no Brasil por Gouveia et al. (2019).

Para a validação do instrumento, foi realizada uma pesquisa para captação de participantes, que responderam a um protocolo contendo a



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

escala de Autogradidão, previamente elaborada, juntamente com outras escalas para investigação das validades convergente e discriminante e um questionário sociodemográfico. Os dados obtidos foram submetidos às análises estatísticas descritivas de uso corrente na psicometria clássica, conforme Cozby (2003), Hair, Black, Babin, Anderson & Tatham (2009), Howitt e Cramer (2020) e Roazzi, Pacheco e Souza (2017).

CONSTRUÇÃO DO INSTRUMENTO PARA MENSURAR A AUTOGRADIDÃO

Conforme mencionado, para a elaboração dos itens do instrumento, foi considerada a perspectiva disposicional retirada das investigações de Emmons et al. (2003), que diz respeito à disposição ou tendência de um indivíduo sentir ou não sentir gradidão, sentir mais ou sentir menos gradidão ao longo do tempo e em todas as situações, a partir de quatro dimensões: Intensidade, Frequência, Extensão e Densidade. Como também, buscou-se obedecer a dimensionalidade de atributo quanto a estrutura interna ou semântica dos mesmos, intencionando uma concepção homogênea e sintetizada unidimensionalmente, através da realização de uma análise teórica avaliativa, em conformidade com Pasquali (1999).

Das quatro dimensões de disposição para o agradecimento, para este instrumento foram usadas três (Intensidade, Frequência, Extensão). A dimensão 'Densidade' não pode ser aproveitada, porque refere-se à disposição para o agradecimento a terceiros, portanto, não se adequando ao construto Autogradidão, essencialmente subjetivo, voltado para o 'eu'. Desse modo, as demais dimensões foram adaptadas à primeira pessoa em atenção ao construto, considerando-se o aspecto de simetria entre Gradidão e Autogradidão proposto por McAller (2016), como mostrado nas descrições operacionais:



1 – Intensidade (I) → Ao experimentar um evento positivo, uma pessoa com uma forte disposição em agradecer pode se sentir mais intensamente agradecida do que alguém menos disposto à Gratidão (Emmons et al., 2003).

A adaptação à primeira pessoa para a descrição operacional da Autogratidão, ficou assim: Ao experimentar um evento positivo, uma pessoa com uma forte disposição autoagradecida pode se sentir mais intensamente autoagradecida do que alguém menos disposto à Autogratidão.

2 – Frequência (F) → Alguém com uma forte disposição de agradecer pode relatar sentir-se agradecido várias vezes por dia, e a Gratidão pode ser provocada pelo mais simples favor ou ato de educação. Por outro lado, para alguém menos disposto à Gratidão, esse favor ou ato de polidez pode ser insuficiente para provocar Gratidão agora e no futuro. Como resultado, a pessoa com uma disposição agradecida diminuída pode sentir menos Gratidão dentro de um período de tempo especificado (Emmons et al., 2003).

Como definição operacional para a Autogratidão, ficou assim: Alguém com forte disposição em agradecer a si mesmo, pode sentir-se autoagradecido várias vezes durante o dia, a partir do fato mais simples. Por outro lado, alguém com disposição menor à Autogratidão, fatos cotidianos mais simples podem ser insuficientes para provocar o agradecimento a si mesmo, tanto agora como depois, fazendo com que venha a sentir menos momentos de Autogratidão, dentro de um determinado período de tempo.

3 - Extensão (E) → Faz referência ao número de circunstâncias da vida pelas quais uma pessoa se sente grata em um determinado momento. Alguém com uma forte disposição grata, pode se mostrar grato por sua família, seu emprego, sua saúde e a própria vida, juntamente com uma



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

grande variedade de outros benefícios. Alguém menos disposto à Gratidão, no entanto, pode estar ciente de sentir gratidão por menos aspectos de sua vida (Emmons et al., 2003).

Cuja adaptação à Autogratição, faz referência ao número de circunstâncias e/ou aspectos da vida pelas quais uma pessoa se sente autograta em um determinado momento como: ser grato a si pelo que se é, pelo que se tem, pelo que conseguiu na vida, pela família, pela coragem adquirida entre outros. Enquanto que alguém menos disposto à Autogratição, no entanto, pode estar ciente de sentir Gratidão a si mesmo por menos aspectos de sua vida.

4 – Densidade → Refere-se ao número de pessoas a quem se sente grato por um único resultado positivo ou circunstância da vida. Quando perguntado a quem se sente grato por obter algum resultado positivo na vida, como por exemplo, adquirir um bom emprego, alguém com uma disposição grata pode listar um grande número de outros, incluindo pais, professores, tutores, mentores, colegas estudantes e Deus ou um poder superior. Alguém menos disposto à Gratidão pode se sentir grato a menos pessoas por esse mesmo benefício (Emmons et al., 2003).

Por fazer referência apenas à terceira pessoa, esta dimensão não pode compor itens do instrumento da Autogratição.

MÉTODO

Consistiu na elaboração de itens para a Autogratição, correspondendo às três dimensões anteriormente descritas, seguida da análise teórica destes, conforme Pasquali (1999).

Elaboração dos itens

Os itens foram elaborados seguindo a perspectiva disposicional para a Gratidão, anteriormente descrita, com inspiração nos itens do GQ-



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

6 e escritos em primeira pessoa, obedecendo os critérios para elaboração de itens propostos por Pasquali (1999).

Inicialmente, foram elaborados 24 itens, dos quais cinco foram redigidos de modo reverso ou negativo. Do total de itens, seis (6) correspondendo à dimensão Intensidade, oito (8) à dimensão Frequência e dez (10) à dimensão Extensão. Estes foram organizados e submetidos à Análise Teórica dos itens, envolvendo a Análise Semântica e a Análise dos Juízes, seguindo os critérios definidos em Pasquali (1999).

Análise Teórica dos Itens

De acordo com esse autor, trata-se de uma avaliação que considera a opinião de terceiros acerca dos itens construídos, para assegurar-se quanto as garantias da validade dos mesmos. É realizada por dois grupos de avaliadores que possuam habilidades na área do construto, um que avalia semanticamente a compreensão dos itens, com o objetivo de verificar se todos eles foram redigidos de maneira compreensível para qualquer pessoa da população à qual o instrumento se destine (Análise Semântica) e outro que avalia a pertinência destes e suas especificidades ao construto que representam, objetivando ajuizar se se referem ou não a este (Análise dos Juízes ou de Construto).

Análise Semântica

Esta análise contou com seis avaliadores, pós-graduados em Psicologia e Pedagogia, que receberam um protocolo contendo as instruções, os 24 itens e espaços em branco para anotarem as sugestões e/ou correções.

As suas avaliações apontaram para uma redação clara e objetiva quanto às instruções de resposta ao teste; que todos os itens apresentavam boa redação; adequação à questão de pesquisa; que as



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

expressões utilizadas estavam em conformidade com as usadas pelas pessoas cotidianamente; o vocabulário utilizado estava adequado; tendo sido sugerido apenas algumas modificações relacionadas a alguns ajustes na redação, incluindo a dos itens reversos, e a troca de algum termo por um sinônimo para promover maior precisão no entendimento.

Análise dos Juízes

Esta análise contou com 10 avaliadores, pós-graduados e pós-graduandos em Psicologia, que receberam um formulário contendo as definições Constitutiva (relativas a realidades abstratas) e Operacional (relativas a operações concretas), os 24 itens organizados numa escala *Likert*⁴ de três pontos (1 = Pouco adequado; 2 = Bastante adequado e 3 = Totalmente adequado), com espaços em branco para anotarem sugestões e/ou correções.

Estes julgaram quanto à relevância do item para inclusão no instrumento final, conforme as definições constitutivas do construto Autogradidão e as definições operacionais relativas à adequação dos itens às três dimensões de disposição para o autoagradecimento adaptadas, Intensidade, Frequência e Extensão. Os resultados apontaram seis (6) itens inseridos em dimensões não correspondentes, remetendo a outra dimensão; dois (2) itens mostraram-se ambíguos, um em relação à dimensão e outro com relação à redação, e, alguns outros redigidos de forma diferente mas dizendo a mesma coisa.

RESULTADOS

Com as análises efetuadas, foram realizadas as correções e consideradas as anotações dos avaliadores. Assim, em conformidade

⁴ Escala *Likert* - Escala psicométrica para avaliação das atitudes qualitativas (ex. honestidade, auto-estima etc), que são quantificadas na medida em que são atribuídos valores numéricos como respostas de acordo com o grau de concordância ao item (Howitt & Cramer, 2020 p. 294).



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

com as mesmas, foram eliminados treze (13) itens, incluindo todos os reversos, por apresentarem uma certa confusão no entendimento dos mesmos, optando-se então pela avaliação da resposta inversa ou negativa, a partir das respostas contrárias aos itens afirmativos, mediante a marcação escalar. Outros itens foram eliminados por mostrarem-se repetitivos e outros por terem sido realocados em outras dimensões, causando um desequilíbrio no número de itens por dimensão.

De modo que, a escala enviada para a validação contava com 11 itens redigidos afirmativamente. O total foi distribuído da seguinte forma: dois (2) para a dimensão Intensidade, item típico: “*Eu sou muito agradecido(a) a mim mesmo(a)*”; quatro (4) para a dimensão Frequência, item típico: “*Sinto autogratição em vários momentos do meu dia*” e cinco (5) para a dimensão Extensão, item típico: “*Eu me agradeço pelas minhas atitudes perante a vida, a família, os amigos, o trabalho entre outros.*”. Organizados numa tabela elaborada com respostas estilo *Likert* de 5 pontos, com opções variando de 1- Discordo totalmente a 5- Concordo totalmente.

VALIDAÇÃO DO INSTRUMENTO PARA MENSURAR A AUTOGRATIDÃO

A validação do instrumento psicométrico para mensuração do construto Autogratição obedeceu aos seguintes requisitos:

MÉTODO

Estudo de epistemologia quantitativa, a partir de análises estatísticas descritivas, com o uso da psicometria clássica e coeficiente correlacional.

Amostra de participantes



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

A amostra contou com 256 participantes, superando o número mínimo de 10 participantes por item do instrumento, proposto por Pasquali (1999) e correspondendo amplamente ao critério de 20 observações por item sugerida em Hair et al. (2009); localizados em 49 cidades de três das cinco regiões do Brasil (N, NE, SE). Com idades variando de 19 a 72 anos e Média de idade = 43,2 anos, Desvio Padrão = 13,2; com 86,7% declarando-se do sexo feminino, 12,9% do masculino e 0,4% outros; 72% disseram-se adeptos de alguma religião (tendo sido declaradas 13 religiões distintas), a grande maioria declarando-se católico (33%), seguido de perto pelos que declararam não ter religião (27%); a escolaridade variou entre, Ensino Médio completo = 7,4%, Ensino Superior incompleto = 15,6%, Ensino Superior completo = 45%, Mestrado incompleto = 8,6%, Mestrado completo = 0,4%, Doutorado incompleto = 1,6%, Doutorado completo = 0,8%, e ESP = Especialização/Outros = 20,7%.

Recrutamento dos participantes

O recrutamento deu-se virtualmente, via mídia eletrônica, a partir do consentimento do participante em um protocolo de pesquisa eletrônico elaborado na plataforma *Google Forms*, contendo o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), o Questionário sociodemográfico e os instrumentos psicométricos para a coleta dos dados. Que foi enviado a partir do aplicativo de comunicação *WhatsApp*.

Instrumentos para Coleta de dados

Os instrumentos utilizados nesta coleta foram, o Questionário sociodemográfico; a Escala de Autogradidão, construída e descrita anteriormente, composta de 11 itens, com respostas formatadas em estilo *Likert* de 5 pontos, com opções variando de 1= Discordo totalmente a 5= Concordo totalmente; a Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR),



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 - 1441 (Versão digital)

na versão brasileira de Hutz e Zanon (2011), a qual é unidimensional, para a investigação da validade convergente (autoestima positiva); cujas respostas foram usadas também nessa mesma escala (EAR), na versão validada no Brasil por Sbicigo, Bandeira e Dell'Aglio (2010), que é bidimensional, para a investigação da validade convergente (autoestima positiva) e discriminante (autoestima negativa). Ambas são compostas de 10 itens com respostas formatadas em estilo *Likert* de 4 pontos, com opções que vão de 1=Concordo Totalmente a 4=Discordo totalmente.

Procedimentos

A coleta de dados foi iniciada após a aprovação e liberação do projeto de pesquisa pelo Comitê de Ética em Pesquisa da UFPE (CEP), sob Parecer Nº 4.792.705 de 2021. A coleta se deu por meio das respostas dos participantes ao formulário eletrônico contendo o protocolo de pesquisa. Cujas ordem de apresentação foi a seguinte: o TCLE, anuência em participar da pesquisa, os instrumentos psicométricos organizados randomicamente, gerando duas versões de protocolos, e o Questionário sociodemográfico. Os participantes tiveram tempo livre para as respostas, porém, estimou-se um tempo de aproximadamente 8 minutos para finalizar a participação.

ANÁLISE DE DADOS

A análise dos dados deu-se com o apoio de um programa estatístico utilizado correntemente no ambiente acadêmico, em que procedeu-se as análises dos componentes principais para extração de fatores, caso houvessem, e o levantamento das principais estatísticas descritivas e índices psicométricos tradicionais como, solução fatorial, fidedignidade, e outros, conforme Hair et al. (2009). Estes também foram a referência para o levantamento dos principais aspectos psicométricos da escala, em que foram usados de forma triangulada vários indicadores



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

como, as estatísticas de *Kaiser-Meyer-Olkin (KMO)* e os critérios da Raiz Latente, o Teste de Esfericidade de Bartlett, o Alpha de *Cronbach* para exame da consistência interna e as Análises de Estrutura de Similaridade (SSA) (Roazzi et al., 2015, 2018).

Após essas análises estatísticas e de posse do resultado final o instrumento para mensuração da Autogradidão, esta foi correlacionada com a Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR), na versão validada nacionalmente por Hutz e Zanon (2011), que é unifatorial; na busca de uma maior consistência, decidiu-se correlacionar também, com essa mesma escala (EAR), na versão validada no Brasil por Sbicigo et al. (2010), em cujo estudo obtiveram-na com uma estrutura bifatorial. Ambas foram usadas para o mesmo fim, investigação da validade convergente (autoestima positiva) e discriminante (autoestima negativa), bem como com as variáveis independentes provindas do Questionário sociodemográfico, como sexo, idade, escolaridade, ser ou não religioso e ter ou não filhos, com o uso do coeficiente de correlação r de Pearson e Ponto Bisserial para as variáveis nominais dicotômicas, conforme Cozby (2003) e Howitt e Cramer (2020).

RESULTADOS

Os resultados das análises estatísticas para verificação de validade fatorial e de confiabilidade do instrumento avaliativo da Autogradidão, como também a correlação do resultado final deste com outros instrumentos que mensuram a Autoestima, em duas versões, unifatorial e bifatorial (positiva e negativa), para evidenciar sua validade de critério, são apresentados na sequência em dois subtópicos específicos.

1– Instrumento psicométrico para Autogradidão: estrutura fatorial, validade e confiabilidade



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 - 1441 (Versão digital)

Inicialmente, buscou-se os indicadores de fatorabilidade para a matriz de correlações entre os itens do instrumento com o índice *Kaiser-Meyer-Olkin (KMO)* e o Teste de Esfericidade de Bartlett. Os testes estatísticos mostraram um índice $KMO = 0,93$ e o Teste de Esfericidade de Bartlett de $\chi^2(55) = 1697,588$; $p < 0,000$, apontando para a rejeição da hipótese nula H_0 , mostrando não ser esta uma matriz de correlação identidade. Mas sim, indicando boa fatorabilidade da matriz, havendo conseqüentemente variáveis latentes ou fatores a serem extraídos, conforme Hair et al. (2009).

Na sequência, os dados foram submetidos à Análise dos Componentes Principais, com a finalidade de determinar os Critérios da Raiz Latente (*KMO*), revelando a existência de dois (2) autovalores (*eigenvalue*) iguais ou maiores que 1 (um) a serem extraídos, cujas cargas de saturação fatorial foram as seguintes: Fator 1 = 4,637 e Fator 2 = 2,490, responsáveis por 42% e 23% da variância total explicada, respectivamente. O que foi confirmado também no gráfico de declive pelo Critério de Cattell (Figura 1), segundo Hair et al. (2009) e pela projeção da Análise de Estrutura de Similaridade (SSA), como mostrado na Figura 2, conforme Roazzi (e.g., Roazzi & Dias, 2001; Roazzi, Souza & Bilsky, 2015; Roazzi & Souza, 2018).

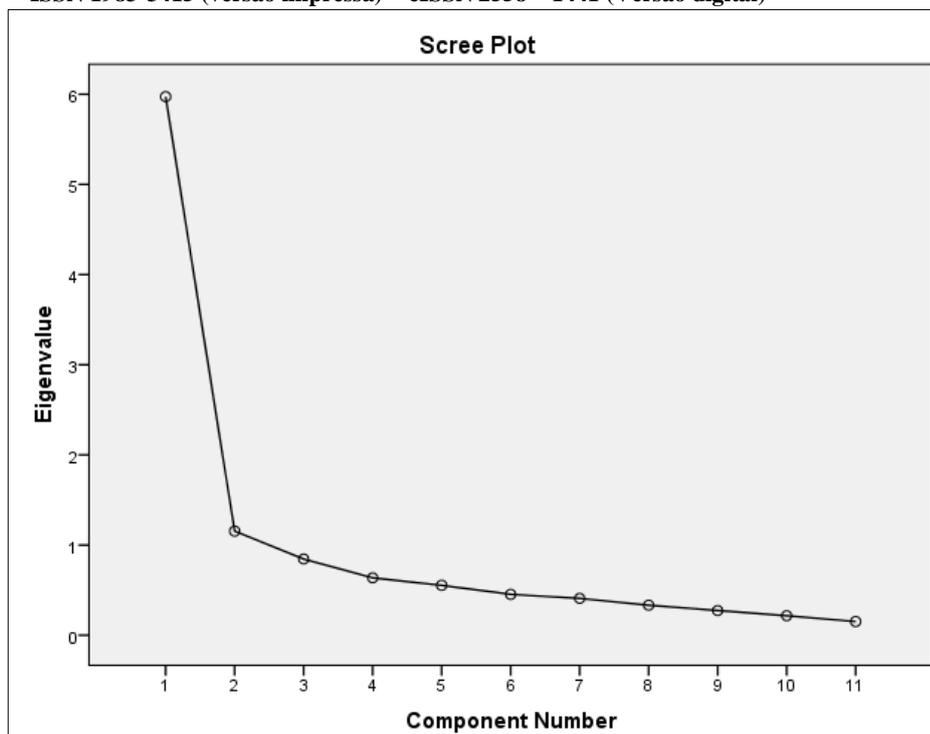
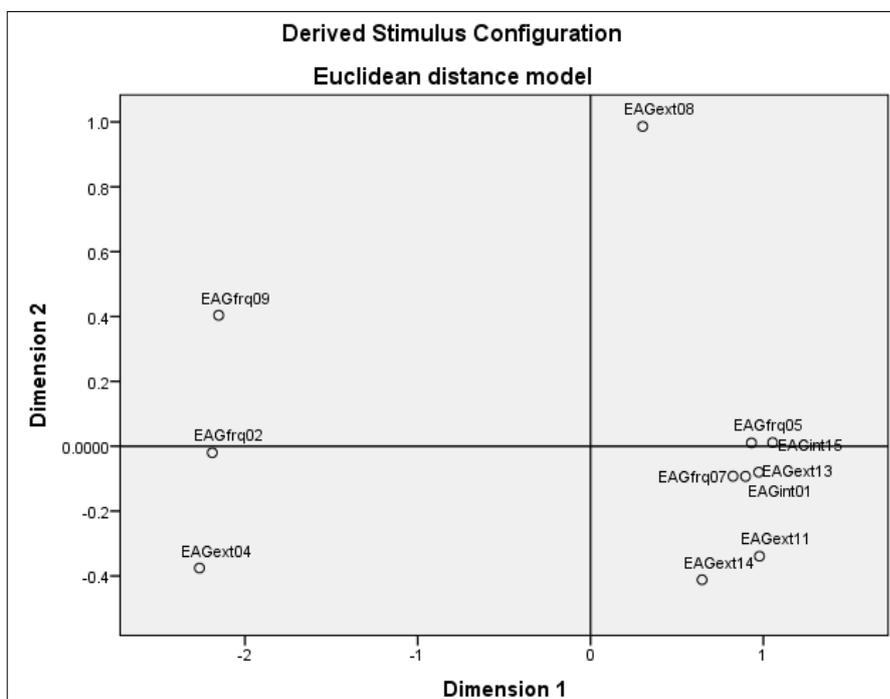


Figura 1. Distribuição gráfica dos autovalores da

EAG.





Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 - 1441 (Versão digital)

Figura 2. SSA da Análise dos Componentes Principais da EAG (Fator latente).

Diante dos resultados apresentados, dos 11 itens iniciais, optou-se por manter os pertencentes ao Fator 1, que portassem carga fatorial $>0,65$, considerada bem acima do critério adotado como ponto de corte para inclusão do item no instrumento que é $>0,40$. Foram eliminados um item desse fator [$8=0,573$], por não corresponder ao ponto de corte presentemente estabelecido e os três pertencentes ao Fator 2, mesmo apresentando carga fatorial acima do aqui estipulado, a saber Item 2= $0,728$ e $\alpha = 0,717$ (*Eu me agradei algumas vezes na vida*); Item 9= $0,690$ e $\alpha = 0,744$ (*Agradeço-me quando aprendo com meus erros*), relativos à dimensão Frequência e Item 4= $0,769$ e $\alpha = 0,703$ (*Eu me agradeço por tudo que sou e como sou*), relativo à dimensão Extensão.

A opção pelos itens do Fator 1 com carga fatorial mais alta para composição do instrumento final, considerou que estes estabelecem adequadamente a relação entre o objetivo do instrumento e os conceitos pesquisados, pois contemplam as três dimensões de disposição para o autoagradecimento (extensão, intensidade e frequência), cobrindo satisfatoriamente a magnitude do construto Autogratidão, conforme Pasquali (1999), bem como respondem por praticamente o dobro da variância total explicada em relação ao Fator 2. Ao mesmo tempo que resulta num instrumento equilibrado e breve, que proporciona economia e praticidade ao participante.

Assim, os itens finais da escala ficaram em número de sete (7), cujas cargas fatoriais, segundo a Matriz de componentes rotados pelo método Varimax com normalização Kaiser, são as seguintes: Extensão (3 itens: $0,809$; $0,805$; $0,773$), Intensidade (2 itens: $0,768$; $0,766$) e Frequência (2 itens: $0,761$; $0,661$). Itens típicos: *“Eu me agradeço pelas*



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

minhas atitudes perante a vida, a família, os amigos, o trabalho entre outros.”; “Eu sou muito agradecido(a) a mim mesmo(a).” e “Sempre expresso gratidão a mim mesmo(a).”, respectivamente, (ver Tabela 1).

Tabela 1. Análise de Componentes principais da EAG: Dois (2) componentes extraídos, Eigenvalue > 1 e saturação > .65

Rotated Component Matrix^a

Item/ Dimensão	Descrição do item	Componente	
		1	2
EAGext_1 3	Agradeço-me por tudo que faço de bom por mim.	.809	-----
EAGext_1 4	Eu me agradeço pelas minhas atitudes perante a vida, a família, os amigos, o trabalho entre outros.	.805	-----
EAGext_1 1	Sou grato(a) a mim mesmo(a) por todo conhecimento que tenho procurado adquirir em minha vida.	.773	-----
EAGint_1 5	Sinto profunda autogratição pelo que faço por mim.	.768	-----
EAGint_0 1	Eu sou muito agradecido(a) a mim mesmo(a).	.766	-----
EAGfrq_0 7	Sempre expresso gratidão a mim mesmo(a).	.761	-----
EAGfrq_0 5	Sinto autogratição em vários momentos do meu dia.	.661	-----

Extraction Method: Principal Component Analysis.
Rotation Method: Varimax with Kaiser Normalization.^a
a. Rotation converged in 3 iterations.

Após todos os procedimentos, a estatística de confiabilidade da consistência interna por item se deu da seguinte maneira: **(1. $\alpha = 0,917$; 5. $\alpha = 0,932$; 7. $\alpha = 0,925$; 11. $\alpha = 0,915$; 13. $\alpha = 0,912$; 14. $\alpha = 0,916$; 15. $\alpha = 0,920$), com a estatística de confiabilidade total apresentando um Alfa de Cronbach ($\alpha = 0,930$).**



2– Instrumento psicométrico para Autogradidão: Validade de critério e correlações

Com o intuito de oferecer evidências adicionais da adequação psicométrica do instrumento, após as análises estatísticas anteriormente realizadas, a escala resultante foi correlacionada, através do coeficiente de correlação r de Pearson, bilateral ou ponto bisserial (*2-tailed*) (Cozby, 2003; Howitt & Cramer, 2020), com dois modelos da Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR), uma com estrutura unifatorial, validada em língua nacional por Hutz e Zanon (2011), e outra com estrutura bifatorial, validada nacionalmente por Sbicigo et al. (2010), conforme a Tabela 2. Tal procedimento teve o objetivo de investigar se indivíduos mais autogradatos apresentam Autoestima positiva mais elevada, para verificação da validade convergente, e também o contrário, para verificação da validade discriminante. Bem como a correlação dos mesmos com as variáveis advindas do Questionário sociodemográfico, para verificar se há diferenciação nesses índices quanto ao gênero, idade, escolaridade, ser ou não religioso e ter ou não filhos (Tabela 3).

Tabela 2. Correlações r de Pearson entre Autogradidão e Autoestima unifatorial e bifatorial.

ESCALAS		Autogradidã o	Autoestima [10] Pos.Gl.	Autoestima	
				[5] Posit.	[5] Negat.
Autogradidão	r	1	0,507**	0,472**	- 0,501**
	p		0,000	0,000	0,000
Autoestima [10] Pos.Global	r	0,507**	1	0,962**	- 0,956**
	p	0,000		0,000	0,000



Autoestima Posit. [5]	<i>r</i>	0,472**	0,962**	1	-
	<i>p</i>	0,000	0,000		0,840**
Autoestima Negat. [5]	<i>r</i>	-0,501**	-0,956**	-0,840**	1
	<i>p</i>	0,000	0,000	0,000	

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Tabela 3. Correlações *r* de Pearson e Ponto Bisserial entre a Autogratição, Autoestima unifatorial e bifatorial e variáveis sociodemográficas.

Variáveis sociodemográficas		Autogratição	Autoestima [10] Pos.GI.	Autoestima	
				[5] Posit.	[5] Negat
Masculino	<i>r</i>	-0,102	0,085	0,098	-0,062
	<i>p</i>	0,254	0,345	0,271	0,486
Idade	<i>r</i>	0,299**	0,388**	0,347**	-0,401**
	<i>p</i>	0,001	0,000	0,000	0,000
Filhos (sim)	<i>r</i>	0,253**	0,394**	0,358**	-0,399**
	<i>p</i>	0,004	0,000	0,000	0,000
Religioso (sim)	<i>r</i>	0,112	0,147	0,133	-0,150
	<i>p</i>	0,211	0,099	0,137	0,093
Escolaridade	<i>r</i>	0,008	0,159	0,124	-0,182*
	<i>p</i>	0,934	0,085	0,177	0,047

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

* Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

A correlação do instrumento Autogratição a EAR unifatorial, com os itens reversos positivados, apresentou ($r = 0,507$ e $p < 0,000$), mostrando-se estatisticamente significativa. Sua correlação com a EAR bifatorial, igualmente mostrou-se estatisticamente significativa, com os escores da Autogratição correlacionando-se positivamente com a Autoestima positiva ($r = 0,472$; $p < 0,000$), e negativamente com a



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 - 1441 (Versão digital)

Autoestima negativa ($r = -0,501$; $p < 0,000$). Esses dois modelos de EAR também foram correlacionados entre si, apresentando resultados estatísticos de forte significatividade, com a EAR unifatorial positiva global com o fator Autoestima positiva apresentando ($r = 0,962$; $p < 0,000$) e a EAR unifatorial positiva global com o fator Autoestima negativa apresentando ($r = -0,956$; $p < 0,000$).

Correlacionadas com as variáveis advindas do Questionário sociodemográfico, a variável Gênero não mostrou-se estatisticamente significativa nem com a Autogradidão, nem com a Autoestima, nas duas versões uni e bifatorial. O mesmo resultado repetiu-se com a variável ser ou não Religioso e quase da mesma forma com a variável Nível de escolaridade, a qual mostrou apenas uma correlação bastante fraca, de baixa magnitude e negativa com a Autoestima negativa ($r = -0,182$; $p < 0,047$), indicando que o nível de escolaridade, de alguma maneira, tem alguma relevância na melhoria da Autoestima.

Entretanto, na correlação com a variável Idade, a Autogradidão apresentou-se estatisticamente significativa e positiva ($r = 0,299$; $p < 0,001$). Esta variável também mostrou-se significativa com a Autoestima unifatorial ($r = 0,388$; $p < 0,000$) e com a bifatorial: Autoestima positiva ($r = 0,347$; $p < 0,000$) e Autoestima negativa ($r = -0,401$; $p < 0,000$), com esta última correlação se dando no sentido inverso. Da mesma forma entre a variável Filhos(sim) e Autogradidão ($r = 0,253$; $p < 0,004$), Filhos(sim) e Autoestima unifatorial positiva global ($r = 0,394$; $p < 0,000$) e Filhos(sim) e Autoestima bifatorial: positiva ($r = 0,358$; $p < 0,000$) e negativa ($r = -0,399$; $p < 0,000$).

DISCUSSÃO

Os resultados encontrados, alcançaram o objetivo esperado referente à elaboração e validação de um instrumento psicométrico para mensuração adequada do construto Autogradidão. Os resultados obtidos



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

com o instrumento elaborado, e, a partir das análises estatísticas relativas à validade fatorial e índice de confiabilidade deste, mostraram que o instrumento apresentou excelente fatorabilidade, salientando dois fatores a serem extraídos, assim, rejeitando a possibilidade de hipótese nula (Hair et al., 2009). Entretanto, apenas um dos fatores foi aproveitado para a composição do instrumento, por este apresentar um quantitativo de itens (7) que abrange satisfatoriamente a totalidade de dimensões necessárias para a mensuração do construto, relacionando o objetivo ao qual o instrumento se propôs aos significados envolvidos, em conformidade com Pasquali (1999). Assim, está sendo oferecido ao campo científico um instrumento econômico, equilibrado e prático para o participante.

O índice de fidedignidade alcançou uma estatística de confiabilidade total de $\alpha = 0,930$, portanto, bem acima do corte psicométrico que pede valores Alfa de Cronbach $> 0,70$. Índice este recomendado pela psicometria clássica para adequação de instrumentos para uso diagnóstico e em pesquisa (Hair et al., 2009; Nascimento, 2008). Desse modo, conforme o conteúdo semântico dos itens, o fator único foi nomeado de 'Autogradidão', podendo mensurar unicamente a Autogradidão nas três dimensões a que esta medida se propõe, avaliando se a disposição do indivíduo para autogradecer-se é mais ou menos intensa, se ocorre muitas ou poucas vezes ao longo do tempo e por quantas e distintas situações.

Tais resultados estatísticos encontrados para a Autogradidão, assemelham-se aos encontrados para o instrumentos de mensuração da Gratidão, tidas como simétricas por McAleer (2016). O *Gratitude Questionnaire (GQ-6)*, obteve um índice de confiabilidade da consistência interna ou Alfa de Cronbach ($\alpha = 0,82$), a sua versão traduzida e validada no Brasil por Gouveia et al. (2019), apresentou um Alfa de Cronbach ($\alpha = 0,87$), como também, o instrumento espanhol *Cuestionario de Gritud-*



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

20 (G-20), desenvolvido por Bernabé-Valero, García-Alandete e Gallego-Pérez (2014), obteve um índice de ($\alpha = 0,90$).

Com relação à avaliação estatística realizada para obtenção da validade de critério do instrumento para mensuração da Autogradidão, esta se deu por meio de correlações r de Pearson e ponto bisserial, segundo Cozby (2003) e Howitt e Cramer (2020). Os resultados obtidos atingiram o objetivo esperado para esta validade, que foi de investigar se indivíduos mais autogratos apresentam Autoestima positiva mais elevada e o contrário também. Além de verificar se as variáveis nominais advindas do Questionário sociodemográfico influenciariam nesses resultados. Os quais, conforme as correlações realizadas, mostraram que quanto mais o indivíduo é autoagradecido, mais aumenta sua Autoestima positiva, validando o instrumento convergentemente, e, quanto menos houver Autogradidão, haverá também menos Autoestima positiva e mais Autoestima negativa, validando-o contrariamente ou de modo discriminante.

Os resultados envolvendo as variáveis sociodemográficas (Tabela 3), mostraram que o sexo do indivíduo não interfere quanto a ser mais ou menos autograto, nem possuir Autoestima mais ou menos elevada; da mesma forma, ser ou não religioso também não impacta nessas variáveis; praticamente o mesmo resultado foi mostrado para a variável nível de escolaridade, que apenas mostrou uma pequena exceção correlacionada à melhora da Autoestima, concordando com os resultados encontrados por Silva (2019), que apontam um maior nível de escolaridade como indicativo de melhora de sintomas desadaptativos.

Entretanto, os resultados apresentaram grande relevância para a variável idade, mostrando que quanto mais o indivíduo amadurece em anos, mais aumenta seu nível de Autogradidão e de Autoestima positiva e diminui o nível de Autoestima negativa. O mesmo podendo se aplicar aos indivíduos com filhos, cujos resultados apontaram que estes são



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

mais autogratos e possuem Autoestima positiva mais elevada do que os que não têm filhos. O que corresponde à literatura respectiva que confirma que a maturidade etária promove o desenvolvimento cognitivo, emocional e, até certo ponto, o orgânico, promovendo um consequente acúmulo de experiências que proporcionam ao indivíduo mais autonomia, responsabilidade e estabilização emocional. Aspectos estes que se fazem importantíssimos para a concretização da maternidade e da paternidade, em conformidade com as investigações de Froh, Bono e Emmons (2010), Rosa e Oliveira (2021) e Silva (2019).

Pela ausência de trabalhos empíricos com o uso de instrumento para a Autogradidão, e, ao mesmo tempo considerando sua simetria com a Gradidão, apontada por McAleer (2016) que aumentam ou caem juntas e que onde uns faz sentido e é enaltecida, a outra também mostra ser, elencou-se dois estudos bem recentes utilizando a *Rosenberg self-esteem scale (RSE)* de 1965 e o *Gratitude Questionnaire-6 (GQ-6)* de McCullough et al. (2002), com o intuito de reforçar ainda mais a compreensão e a consistência da Autogradidão, juntamente com os resultados das validades e das correlações aqui apresentadas.

Estes estudos apresentaram resultados bastante significativos e elucidativos acerca de assuntos bem pertinentes na atualidade. Em um deles, Kim e Lim (2021) analisaram a relação entre Autoestima e a tendência à Gradidão entre estudantes universitários durante a epidemia de COVID-19 na República da Korea. Como resultado encontraram que a Autoestima positiva correlaciona-se positivamente com a tendência à Gradidão e que a Autoestima negativa correlaciona-se negativamente com essa mesma tendência. O segundo, de Jindal et al. (2022), teve o objetivo de verificar a relação tanto da Autoestima como da Gradidão para o Bem-estar mental, bem como a contribuição de ambas para esse mesmo Bem-estar. Os resultados mostraram que tanto a Autoestima como a Gradidão correlacionam-se significativa e diretamente com o



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

Bem-estar mental na amostra estudada e que, para melhorá-lo, desenvolver a Autoestima e realizar intervenções com o uso da Gratidão pode trazer resultados bastante eficazes.

Os resultados encontrados por Jindal et al. (2022) e Kim e Lim (2021) corroboram os encontrados no presente trabalho para a validade de critério realizada entre o instrumento para avaliar a Autogratidão e a Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR), ao fazer-se um paralelo entre esta e o construto Gratidão. De modo que, quando um aumenta o outro aumenta e vice-versa (validade convergente e discriminante), não importando para essa ocorrência o gênero, a religiosidade e ligeiramente a escolaridade do indivíduo. Mas importando a idade e o fato deste ter filhos.

Ao fim de todas as validações do instrumento de Autogratidão, considera-se que os índices estatísticos apresentados, tanto o global quanto os individuais, mostraram-se adequados ao padrão psicométrico exigido, com destaque para a sua concisão, mostrando-se um instrumento equilibrado e econômico, oferecendo conforto e praticidade ao participante. Tais atributos faz deste um instrumento, possivelmente, promissor para os campos da Psicologia Cognitiva e Positiva, estando apto a ser usado em pesquisa, tendo sido nomeado de Escala de Autogratidão (EAG).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este trabalho atingiu o objetivo a que se propôs que foi de elaborar e validar estatisticamente um instrumento em língua nacional, psicometricamente adequado para a mensuração do construto Autogratidão. O mesmo, após todo o processo elaborativo e analítico, foi utilizado em um estudo maior e correlacionado com instrumentos avaliativos de outros construtos e variáveis, apresentando resultados consistentes e satisfatórios (ver Freire, 2023), confirmando de maneira



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

rigorosa sua adequação científica. A emergência de um instrumento validado e já experimentado, além de favorecer uma compreensão mais consistente, confiável e precisa do construto Autogratidão, contribui para que se realizem mais investigações sobre o tema, possibilitando contribuições significativas para o campo da psicologia positiva e robustecendo o seu nascente campo teórico.

Contudo, há a sugestão de realização de novas correlações com a EAG e os itens do Fator 2 que ficaram de fora, para verificar a necessidade ou não de inserção dos três itens eliminados deste fator, os quais alcançaram carga fatorial e de confiabilidade condizentes com as estipuladas cientificamente, a saber: Item 2 “*Eu me agradei algumas vezes na vida*” e Item 9 “*Agradeço-me quando aprendo com meus erros*”, relativos à dimensão Frequência; e Item 4 “*Eu me agradeço por tudo que sou e como sou*” relativo à dimensão Extensão.

Por fim, este trabalho cumpriu o seu papel e está disponibilizando para a comunidade científica e acadêmica um instrumento psicométrico robusto, validado e que mensura adequadamente o construto Autogratidão que, ao que parece, ainda inexiste nestas comunidades. Pesquisas futuras devem se concentrar em ampliar a diversidade da amostra, incluindo grupos etários variados e diferentes contextos culturais, para aprimorar a generalização dos resultados. A investigação sobre a aplicabilidade da EAG em diferentes áreas da psicologia, como a saúde mental e o bem-estar, também é uma perspectiva relevante. Finalmente, a correlação da Autogratidão com outros construtos psicológicos, como a autoestima, pode oferecer insights mais profundos sobre o papel da Autogratidão no desenvolvimento humano e na psicologia positiva. Assim, a EAG se estabelece como um instrumento promissor, abrindo caminho para novas investigações no campo emergente da Autogratidão praticamente ausente na literatura atual.

REFERÊNCIAS



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

Bernabé-Valero, G., García-Alandete, J., & Gallego-Pérez, J. F. (2014).

Construcción de un cuestionario para la evaluación de la gratitud: el Cuestionario de Gratitud–20 ítems (G-20). *Anales de Psicología/Annals of Psychology*, 30(1), 278-286.

Cozby, P. C. (2003). Métodos de pesquisa em ciências do comportamento. São Paulo, SP: Atlas.

Diniz, A. (2018). Auto gratidão e sua relação com a autoestima. Equilíbrio e Vida. Recuperado em: 23 de novembro de 2023, de: <https://www.equilibrioeyvida.com/2018/10/auto-gratidao-e-sua-relacao-com.html>.

Emmons, R. A. (2004). The psychology of gratitude: on introduction. In R. A. Emmons & M. E. McCullough (Eds.). *The psychology of gratitude* (p. 3-16). New York, NY: Oxford University Press.

Emmons, R. A., McCullough, M. E., & Tsang, J. A. (2003). The assessment of gratitude. In S. J. Lopez & C. R. Snyder (Eds.). *Positive psychological assessment: A handbook of models and measures*. (pp. 327-341). Washington, DC: American Psychological Association.

Emmons, R. A., & Shelton, C. M. (2002). Gratitude and the science of positive psychology. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology*. (18, 459-471). New York, NY: Oxford University Press.

Equilíbrio Contínuo. (2020). O Poder da Autogratição. Recuperado em: 05 de dezembro de 2023, de: <https://equilibriocontinuo.com.br/eft-e-o-poder-da-autogratição/>

Froh, J. J., Bono, G., & Emmons, R. (2010). Being grateful is beyond good manners: Gratitude and motivation to contribute to society among early adolescents. *Motivation and Emotion*, 34, 144-157.

Gouveia, V. V., Ribeiro, M. G. C., de Aquino, T. A. A., Loureto, G. D. L., Nascimento, B. S., & Rezende, A. T. (2019). Gratitude Questionnaire (GQ-6): Evidence of construct validity in Brazil. *Current Psychology*, 1-



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

9.

Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., Anderson, R. E., & Tatham, R. L. (2009). *Análise multivariada de dados*. 6 ed. Porto Alegre, RS: Bookman Editora.

Homan, K., & Hosack, L. (2019). Gratitude and the self: Amplifying the good within. *Journal of Human Behavior in the Social Environment*, 29(7), 874-886.

Howells, K. (2020). The place of gratitude in the search for a deeper Peace. *The Tasmanian Peace Trust 2020 Lecture*, 1-10. Recuperado em: 05 de dezembro de 2023, de: <https://www.parentsvictoria.asn.au/wp-content/uploads/2021/05/Final-2020-Peace-Lecture.pdf>

Howells, K. (2021). Gratitude to self. 2021. Recuperado em: 05 de dezembro de 2023, de: <https://kerryhowells.com/gratitude-to-self/>

Howitt, D. & Cramer, D. (2020). *Introdução aos métodos de investigação em psicologia*. 6 ed. Harlow, UK: Pearson.

Hutz, C. S. & Zanon, C. (2011). Revisão da adaptação, validação e normatização da escala de autoestima de Rosenberg. *Avaliação Psicológica: Revista Interamericana de Avaliação Psicológica*, 10 (1), 41-49.

Jindal, M., Arora, R., Puri, K., & Nanda, K. (2022). Self-esteem and gratitude as predictor of mental wellbeing. *Educational Research (IJMCER)*, 4(5), 105-110.

Kim, J., & Lim, Y. (2021). The Relationship Between Self-Esteem and Gratitude Tendency of University Students during the Corona-19 Era of Human Disaster. *International Journal of Human & Disaster*, 6(1), 26-35.

McAlear, S. (2016). Are gratitude and forgiveness symmetrical. In D. Carr (Ed.), *Perspectives on gratitude: An interdisciplinary approach*. New York, NY: Routledge, p. 85-96.



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 - 1441 (Versão digital)

McCarthy, K. (2012). Self gratitude and personal success. *The Network Marketing Magazine.com*, 3, 1-6.

McCullough, M. E., Emmons, R. A., & Tsang, J. A. (2002). The grateful disposition: a conceptual and empirical topography. *Journal of personality and social psychology*, 82(1), 112.

Minha Vida. (2018). Auto-gratidão ajuda a valorizar o momento presente e ser mais feliz. Minha Vida: Bem-estar. Recuperado em: 01 de junho de 2023, de: <https://www.minhavidade.com.br/materias/materia-16543>.

Nascimento, A. M. (2008). *Autoconsciência Situacional, Imagens Mentais, Religiosidade e Estados Incomuns da Consciência: um estudo sociocognitivo*. [Tese de Doutorado em Psicologia Cognitiva, Universidade Federal de Pernambuco].

Freire, M. R. L. (2023). *Autogratidão, Gratidão e Autoconsciência: Impactos sobre o desenvolvimento da Autoestima e da Felicidade*. [Tese de Doutorado em Psicologia Cognitiva, Universidade Federal de Pernambuco].

Freire, M. R. L., Nascimento, A. M., & Roazzi, A. (2019). Autogratidão e autoconsciência: Notas introdutórias ao estudo do conceito de gratidão autodirigida. *Revista Amazônica - Revista de Psicopedagogia, Psicologia escolar e Educação*, 23(1), 289-306. Retrieved from: <https://bit.ly/31Dy2hl>

Pasquali, L. (1999). *Instrumentos psicológicos: manual prático de elaboração*. Brasília, DF: LabPAM/IBAPP.

Roazzi, A., & Dias, M. G. B. B. (2001). Teoria das facetas e avaliação na pesquisa social transcultural: Explorações no estudo do juízo moral. In: Conselho Regional de Psicologia - 13a Região PB/RN. (Ed.), *A diversidade da avaliação psicológica: Considerações teóricas e práticas* (pp. 157-190). João Pessoa: Ideia. Retrieved from: <https://goo.gl/blOISb>



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 - 1441 (Versão digital)

- Roazzi, A., Pacheco, A. B., & de Souza, B. C. (2017). Análise de estruturas de similaridade do questionário verbal e imagens objeto/espacial. *Amazônica-Revista de Psicopedagogia, Psicologia escolar e Educação*, 19(1), 182-199. Retrieved from: <https://bit.ly/2uJjaij>
- Roazzi, A. & Souza, B. C. (2019). Advancing Facet Theory as the Framework of Choice to Understand Complex Phenomena in the Social and Human Sciences. In S. H. Koller (Ed.), *Psychology in Brazil: Scientists Making a Difference* (pp. 283-309). New York: Springer. doi:10.1007/978-3-030-11336-0_16 Retrieved from: <https://bit.ly/2IJ9y0h>
- Roazzi, A., Souza, B. C., & Bilsky, W. (2015). *Facet Theory: Searching for Structure in Complex Social, Cultural and Psychological Phenomena*. Recife: Editora Universitária da UFPE. Doi: 10.13140/RG.2.1.3267.0801 Retrieved from: <https://bit.ly/2OgydJX>
- Rosa, M. J. V., & Oliveira, I. T. de. (2021). Ter ou não ter filhos. *Inquérito à Fecundidade-2019*, 9-29.
- Sbicigo, J. B., Bandeira, D. R., & Dell'Aglio, D. D. (2010). Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR): validade fatorial e consistência interna. *Psico-USF*, 15, 395-403.
- Silva, R. M. da, Jr. (2019). *Autoconsciência em adolescentes e adultos e indicadores psicopatológicos: análise sincrônica e diacrônica de suas relações*. [Tese de Doutorado em Psicologia Cognitiva, Universidade Federal de Pernambuco].
- Tachon, G., Rouibah, A., Morgan, B., & Shankland, R. (2022). A prototype analysis of self-gratitude: towards a broadening of the concept of gratitude. *Journal of Happiness Studies*, 23(5), 1867-1885.
- Tsang, J. A., & Martin, S. R. (2019). Four experiments on the relational dynamics and prosocial consequences of gratitude. *The Journal of Positive Psychology*, 14(2), 188-205.



Revista AMazônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

Verma, S., Kumar, R., & Yadav, S. K. (2019). The determinants of phubbing behaviour: a millenials perspective. *International Journal of Innovative Technology and Exploring Engineering (IJITEE)*, 8(12S), 806-812.

Watkins, P. C., McLaughlin, T., & Parker, J. P. (2021). Gratitude and subjective well-being: Cultivating gratitude for a harvest of happiness. In Information Resources Management Association (Ed). *Research Anthology on Rehabilitation Practices and Therapy* (pp. 1737-1759). IGI Global.