

## ATITUDES FACE À PROCURA DE APOIO PSICOLÓGICO PROFISSIONAL EM PORTUGAL

## ATTITUDES TOWARD SEEKING PROFESSIONAL PSYCHOLOGICAL HELP IN PORTUGAL

Graça Blanco<sup>†1</sup>, & José Luís Pais-Ribeiro<sup>2,3</sup>

<sup>1</sup>Ispa - Instituto Universitário, Lisboa, Portugal

<sup>2</sup>William James Center for Research, Ispa - Instituto Universitário, Lisboa, Portugal

<sup>3</sup>Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação Universidade do Porto, Porto, Portugal

**Resumo:** Realizou-se o estudo de adaptação da escala *Attitudes Toward Seeking Professional Psychological Help– Short Form* (ATSPPH-SF) para a população portuguesa, amplamente utilizada e citada como medida de atitudes face ao tratamento profissional na saúde mental. O estudo à versão portuguesa da escala ATSPPH-SF, de análise fatorial confirmatória e de fiabilidade, mostra qualidades semelhantes, quer à versão original quer a outros estudos de adaptação, com uma estrutura unidimensional e bidimensional. O uso da estrutura bifatorial em investigação – fator de abertura à procura de apoio psicológico para resolução de problemas emocionais próprios, e o fator, que envolve as perceções sobre o valor do tratamento psicológico profissional - pode fornecer uma maior compreensão de determinantes atitudinais e correlatos sociodemográficos. Resultados evidenciaram que as mulheres e indivíduos que recorrem a apoio psicológico profissional têm atitudes mais favoráveis. Dada a sua brevidade, e adequação ao constructo que avalia, considera-se que a ATSPPH-SF poderá ser usada em estudos de investigação na população portuguesa.

**Palavras-Chave:** Psicometria, Escala, Attitudes toward seeking professional psychological help scale – Short form, Atitudes face à procura de apoio psicológico profissional

**Abstract:** The adaptation study of the Attitudes Toward Seeking Professional Psychological Help Scale – Short Form (ATSPPH-SF) for the Portuguese population was conducted. This scale is widely used and cited as a measure of attitudes towards professional mental health treatment. Confirmatory factor analyses and reliability analyses of the Portuguese version of the scale ATSPPH-SF showed that both the original single-factor model and the two-dimensional structure had good fit values. The use of the two-factor structure in research, with one factor relating to openness to seeking psychological support for emotional problems and the other factor involving perceptions of the value of professional psychological treatment, can provide a better understanding of attitudinal determinants and sociodemographic correlates. Results indicated that women and individuals who seek professional psychological support have more favourable attitudes. Due to its brevity and suitability to the assessed construct, it is considered that the ATSPPH-SF can be used in research studies with the Portuguese population.

**Keywords:** Scale, Assessment, Attitudes, Attitudes toward seeking professional psychological help scale – Short form

<sup>†</sup>Autor de Correspondência: Graça Blanco ([grablan@gmail.com](mailto:grablan@gmail.com))

Submetido: 25 de setembro de 2023

Aceite: 05 de dezembro de 2023

No processo de procura de apoio psicológico, um dos mais citados fatores de influência, são as atitudes face a esse processo (Hammer et al., 2018). Icek Ajzen (1985; 1991) desenvolveu a teoria de ação planeada (TAP), visando explicar e prever o funcionamento humano, na qual o fator central é a intenção do indivíduo em realizar o comportamento. As intenções, que captam os fatores motivacionais que influenciam o comportamento efetivo, são indicadores de quanto esforço os indivíduos estão dispostos a despende para realizar o comportamento. Regra geral, quanto maior a intenção de realizar uma determinada ação maior se torna a probabilidade da sua realização concreta. A TAP postula que a intenção poderá vir a ser expressa em ação apenas quando o comportamento em questão está sob o controlo volitivo dos sujeitos, ou seja, a pessoa decide se irá realizar, ou não, essa ação. No entanto, o desempenho depende, pelo menos em algum grau, de fatores não motivacionais, como a disponibilidade de recursos ou oportunidades (e.g. tempo, dinheiro, suporte, etc.), que representam o controlo percebido do comportamento. Desta forma, a TAP postula três determinantes da intenção, conceptualmente independentes. O primeiro corresponde às atitudes face ao comportamento, ou seja, o grau em que a pessoa tem uma avaliação ou apreciação, favorável ou desfavorável, do comportamento em questão. O segundo preditor é o fator social, ou seja, as normas subjetivas referentes à perceção da pressão social face à realização desse comportamento. Por último, o terceiro antecedente da intenção é o grau de controlo percebido, que se refere à maior ou menor facilidade de desempenhar esse comportamento, assumindo que este reflete experiências prévias e antecipação de contingências e dificuldades. Em resumo, quanto mais positivas forem as atitudes e as normas subjetivas e maior o controlo percebido, relativas a uma determinada ação, mais forte é a intenção de realizar a ação em consideração (Ajzen, 1991).

Aplicando a TAP ao contexto de procura de ajuda psicológica profissional pode afirmar-se que as atitudes face a esse objeto específico, em articulação com as normas subjetivas (pressão social de outros significativos) e o controlo comportamental percebido (eficácia e obstáculos percebidos) podem prever a intenção de procura de ajuda, precursora da procura efetiva de apoio psicológico. As atitudes, ou seja, a avaliação subjetiva sobre o ato de procurar ajuda de um profissional de saúde mental têm sido um dos fatores de influência sobre a procura efetiva de apoio psicológico profissionais mais citados; atitudes favoráveis, normas subjetivas favoráveis e maior controle percebido levam à formação da intenção, precursora do comportamento real de procura de ajuda no futuro (Hammer et al., 2018). Li et al. (2014) estimaram a magnitude da associação entre a intenção de procura de ajuda e uma série de construtos psicossociais, e os resultados evidenciaram as associações a medidas individuais de atitudes de procura de ajuda como as mais significativas. De facto, tem-se assistido a um crescimento do interesse sobre as atitudes das pessoas face à procura de ajuda psicológica. Apesar do aumento da procura de apoio psicológico profissional, há ainda um número significativo de pessoas que optam por não procurar ajuda para problemas relacionados com saúde mental (Picco et al., 2016). Dada a importância, quer teórica quer em intervenção, a investigação tem sido extensa, nomeadamente a relação das atitudes face à procura de apoio psicológico profissional com outros construtos relacionados (Hammer et al., 2018); por ex., as meta-análises sugerem que as atitudes de procura de ajuda estão relacionadas com: a aculturação/enculturação (Sun et al., 2016); a diferença entre géneros (Nam, 2010); a conformidade com normas masculinas (Levant et al., 2022); benefícios e ameaças antecipados, autoestigma e estigma público de procurar ajuda, autorrevelação, apoio social e depressão (Lannin et al., 2018; Nam et al., 2013; Vogel et al., 2005), a intenção e comportamento (Armitage & Conner, 2001; Sheeran, 2002). A subutilização de serviços profissionais de apoio psicológico tem sido, muitas vezes, relacionada com estigma (Gulliver et al., 2010; Nam et al., 2013; Vogel et al., 2007); relutância com a autorrevelação (Hinson & Swanson, 1993; Vogel & Wester, 2003). Segundo Fishbein e Ajzen (2010), um determinado comportamento pode resultar em consequências não antecipadas, positivas ou negativas, e desencadear reações de outros, favoráveis ou desfavoráveis, e revelar fatores facilitadores ou dificuldades inesperadas. É, assim, muito provável que este *feedback* impacte numa

mudança de comportamento, das normas subjetivas e/ou percepção de controlo, e subsequentemente afete futuras intenções e ações.

Congruente com este pressuposto, estudos comprovaram que indivíduos com visões negativas sobre a eficácia dos serviços de saúde mental não expressaram intenções de recorrerem a essa ajuda (Angermeyer et al., 1999; Bayer & Peay, 1997) e, por outro lado, outros demonstraram que as pessoas que já tiveram apoio psicológico profissional, em alguma altura das suas vidas, têm atitudes mais positivas face a este recurso (Halgin et al., 1987; Lin & Parikh, 1999).

Com o objetivo de melhor entender as atitudes face ao comportamento de procurar ajuda psicológica profissional e o recurso a serviços de saúde mental, têm sido adotadas e aplicadas várias conceptualizações. Fischer e Turner, em 1970, desenvolveram uma escala com o objetivo de esclarecer o impacto das atitudes, baseadas nas idiosincrasias individuais, na procura, ou na resistência, de apoio psicológico profissional. Os autores assumiram que as diferenças atitudinais estariam subjacentes à procura efetiva de ajuda, e que, juntamente com outras variáveis, poderiam justificar o porquê de, para alguns indivíduos, o apoio psicológico profissional ser o último recurso, enquanto, para outros, fazer psicoterapia, de forma voluntária e aberta, ser visto como uma oportunidade de apreciáveis mudanças. Apesar das evidências sobre fatores que influenciavam negativamente a procura de apoio psicológico profissional, tais como, o nível socioeconómico baixo, receio de autorrevelação ou estigma, os autores consideraram que essas variáveis poderiam estar a obscurecer importantes fontes de variação individual, tais como as dimensões de personalidade, interpessoais e sociais que impactassem a decisão de procurar aconselhamento psicológico profissional. Construíram a escala *Attitudes Toward Seeking Professional Psychological Help* (ATSPPH), composta por 29 itens, que apresentou boas propriedades psicométricas. A variação dos resultados obtidos foi parcialmente explicada pelas diferenças de sexo e área de estudo dos universitários (Fischer & Turner, 1970).

Em 1995, Fischer e Farina, desenvolveram uma adaptação da escala ATSPPH com menos itens dos que usados na forma original. O estudo, realizado com amostra de estudantes universitários semelhante à de Fischer e Turner (1970), deu origem a uma escala reduzida a 10 itens, unidimensional: *Attitudes Toward Seeking Professional Psychological Help – Short Form*, (ATSPPH-SF). A escala apresentou boas propriedades psicométricas (Fischer & Farina, 1995) e tem sido amplamente usada (Kohls et al., 2016; Seidman et al., 2022; Vogel et al., 2005). Apesar do seu uso, algumas questões a respeito da sua estrutura fatorial emergiram. Elhai et al. (2008) analisaram as propriedades psicométricas da ATSPPH-SF. A análise fatorial exploratória (AFE) evidenciou a existência de dois fatores: Abertura ao tratamento para problemas emocionais e Valor e necessidade na procura de tratamento. A análise fatorial confirmatória (AFC) validou a solução bifatorial. Outros estudos têm-se debruçado sobre a estrutura fatorial da ATSPPH-SF e demonstrado algumas inconsistências (Ang et al., 2007; Efstathiou et al., 2019; Picco et al., 2016; Torres et al., 2021). Não obstante, a escala ATSPPH e a versão reduzida são as medidas mais aceites e utilizadas nas investigações sobre atitudes face à procura de apoio psicológico profissional (Nam et al., 2013).

A escala ATSPPH-SF foi usada anteriormente em estudos com população portuguesa (Conceição et al., 2022; Coppens et al., 2013; Kohls et al., 2016), mas com recurso a uma versão traduzida. Tanto quanto é do nosso conhecimento, não foram publicados quaisquer estudos de validação.

O presente trabalho visa contribuir para a adaptação da escala de Fischer e Farina (1995) para a população portuguesa, inspecionando as características psicométricas, da versão portuguesa da ATSPPH-SF e comparar com diferentes versões internacionais.

## MÉTODOS

*Participantes*

A amostra contou com 615 indivíduos da população geral portuguesa, com média de idades 38,75 (DP=14,88). O

Quadro 1 reúne as principais características da amostra.

**Quadro 1.** Caracterização da amostra

Característica sociodemográfica	Categoria	n	%
Sexo	Feminino	448	72,85%
	Masculino	167	27,15%
Intervalo Idade	[18-25]	191	31,06%
	[26-32]	33	5,37%
	[33-40]	49	7,97%
	[41-50]	221	35,93%
	[51-60]	93	15,12%
	[61-70]	20	3,25%
	>70	8	1,30%
Estado civil	Solteiro(a)	186	30,24%
	Numa relação	120	19,51%
	Casado/União de facto	261	42,44%
	Sem relacionamento	43	6,99%
	Viúvo(a)	5	0,81%
Escolaridade concluída	Outro	4	0,65%
	Até ao 6º ano (até ao antigo ciclo preparatório)	5	0,81%
	Até ao 9º ano (até ao antigo 5º liceal)	14	2,28%
	Até ao 12º ano (até ao antigo 7º liceal /ano propedêutico)	188	30,57%
	Bacharelato ou curso técnico superior profissional	30	4,88%
	Licenciatura	245	39,84%
	Mestrado	116	18,86%
Doutoramento	13	2,11%	
Estatuto profissional	Empregado ou Estudante	570	92,68%
	Desempregado	26	4,23%
	Reformado	19	3,09%
Local de residência	Cidade	527	85,69%
	Meio rural	88	14,31%
Existência de doença grave	Sim	118	19,19%
	Não	497	80,81%
Apoio Psi. Profissional	Não	315	51,22%
	Sim	300	48,78%
Situação socioeconómica	Má	34	5,50%
	Satisfatória	319	51,90%
	Boa	236	38,40%
	Muito boa	26	4,20%

*Material*

Os participantes responderam a um questionário sociodemográfico (idade, sexo, relacionamento, a nacionalidade, o nível de escolaridade e área de formação/profissional); adicionalmente,

procederam a uma autoavaliação subjetiva da sua saúde mental (tipo Likert – excelente, boa, má, péssima) e da situação económica (tipo Likert – muito boa, boa, satisfatória, má e muito má).

À semelhança dos autores da ATSPPHS-SF (Fischer & Farina, 1995), os indivíduos responderam à questão sobre se estavam a ter, ou já tinham tido, acompanhamento psicológico profissional. De seguida, os participantes avaliaram cada um dos 10 itens da ATSPPHS-SF com respostas de tipo Likert, de 4 pontos, e a pontuação geral foi obtida pela soma de cada item, com valores entre 0 e 3, sendo o valor máximo correspondente à posição mais positiva em relação à procura de apoio psicológico profissional. Os itens 2, 4, 8, 9 e 10 são invertidos, dado que pressupõem uma posição anti procura de apoio psicológico profissional, e nos quais a alternativa “discordo” tem a pontuação mais alta. Desta forma, pontuações mais altas devem indicar atitudes mais positivas em relação à busca de ajuda profissional, e a soma total, dos resultados das 10 variáveis, tem um valor pertencente ao [0;30].

Teoricamente, a estrutura fatorial da ATSPPH-SF pode ser constituída por um ou dois fatores. Os 10 itens parecem estar associados a um fator, segundo Fischer e Farina (1995), retirado da escala completa ATSPPH, com 4 fatores, de Fischer e Turner (1970). Elhai et al. (2008) obtiveram dois fatores, que designaram por Abertura à procura de tratamento para problemas emocionais (itens 1, 3, 5, 6, e 7) e Valor e necessidade da procura de tratamento (itens 2, 4, 8, 9 e 10, invertidos antes de somados). O score máximo de cada subescala, valor e abertura, é 15, e resultados mais elevados indicam maior abertura à procura de apoio psicológico profissional e maior valor dado à procura de suporte profissional à saúde mental.

### *Procedimento*

A ATSPPHS-SF (Fischer & Farina, 1995) havia sido já submetida ao processo de tradução para a língua portuguesa europeia e, posteriormente, usada noutros estudos empíricos (Conceição et al., 2022; Coppens et al., 2013). Foi solicitada essa versão aos autores, e devidamente cedida pela Doutora Virgínia Conceição, foi utilizada no presente estudo de adaptação para a população portuguesa. As respostas foram obtidas com recurso a plataformas sociais (Instagram, Facebook, LinkedIn e WhatsApp) para seleção. A análise dos dados foi realizada pelos softwares IBM SPSS Statistics® (versão 29) para análise de estatística descritiva, análise de consistência interna e estudo de relação com dados sociodemográficos e com o IBM SPSS AMOS® (versão 29) para a análise fatorial confirmatória (AFC). A AFC foi usada para testar a validade da estrutura uni-fatorial, proposta pelos autores Fischer e Farina (1995) e a estrutura de dois fatores, proposta por Elhai et al. (2008) e previamente usada em estudos com amostras portuguesas (Conceição et al., 2022; Coppens et al., 2013; Kohls et al., 2016). Dada a dimensão da amostra, aceitou-se a normalidade de distribuição de acordo com o teorema do limite central, o qual garante que para amostras de dimensão superior a  $n > 30$  a média tem distribuição normal, mesmo que a variável não tenha distribuição normal (Marôco, 2018). Nas AFC foram analisados os seguintes índices qualidade do ajustamento do modelo: GFI (Goodness of fit index), RMSEA (Root Mean Square Error of Approximation),  $\chi^2/g.l.$  (ratio do qui-quadrado e os graus de liberdade) e o CFI (Comparative Fit Index). O ajuste dos modelos foi considerado bom se  $\chi^2/g.l. \leq 5$ ,  $RMSEA \leq 0,08$ ,  $GFI, CFI$  e  $NFI \geq 0,9$  (Marôco, 2021). A consistência interna foi analisada pelo  $\alpha$  de Cronbach.

## **RESULTADOS**

Os itens apresentaram valores de assimetria e curtose que não indicaram violação severa à distribuição normal, conforme Quadro 2 (Marôco, 2018; 2021). Todas as opções de resposta, em cada

item, foram preenchidas revelando uma boa sensibilidade dos itens, conforme análise descritiva patente no Quadro 2. A amostra global apresentou resultados com  $M=22,29$  ( $DP=4,79$ ).

**Quadro 2.** Análise descritiva dos itens da ATSPPH-SF

Itens da ATSPPH-SF	Mínimo	Máximo	Média	Desvio padrão	Assimetria	Curtose
1	0	3	2,38	0,81	-1,19	0,76
2	0	3	2,58	0,78	-1,90	2,85
3	0	3	2,47	0,72	-1,26	1,06
4	0	3	1,37	0,92	0,28	-0,73
5	0	3	2,42	0,75	-1,26	1,27
6	0	3	2,29	0,84	-1,09	0,56
7	0	3	1,90	0,88	-0,41	-0,57
8	0	3	1,93	0,96	-0,43	-0,86
9	0	3	2,37	0,82	-1,05	0,09
10	0	3	2,57	0,67	-1,45	1,38

#### *Análise fatorial confirmatória à escala unifatorial*

Na solução inicial da escala de atitudes, definida para apenas um fator conforme a encontrada pelos autores Fischer e Farina (1995), os índices de ajustamento obtidos ( $\chi^2/gl=6,18$ ,  $RMSEA=0,09$ ,  $GFI=0,93$ ,  $CFI=0,86$ ) não se apresentaram adequados pelo que se procederam a modificações no modelo.

Na Figura 1 apresenta-se a solução unifatorial corrigida, mediante a correlação entre os erros 6 e 7, e considerada válida de acordo com os corretos índices de ajustamento obtidos ( $\chi^2/gl=4,62$ ,  $RMSEA=0,08$ ,  $GFI=0,95$ ,  $CFI=0,90$ ).

O valor de alfa de Cronbach obtido foi de  $\alpha=0,79$ , o que permite constatar que esta escala apresenta uma adequada consistência interna e como tal uma adequada fiabilidade fatorial.

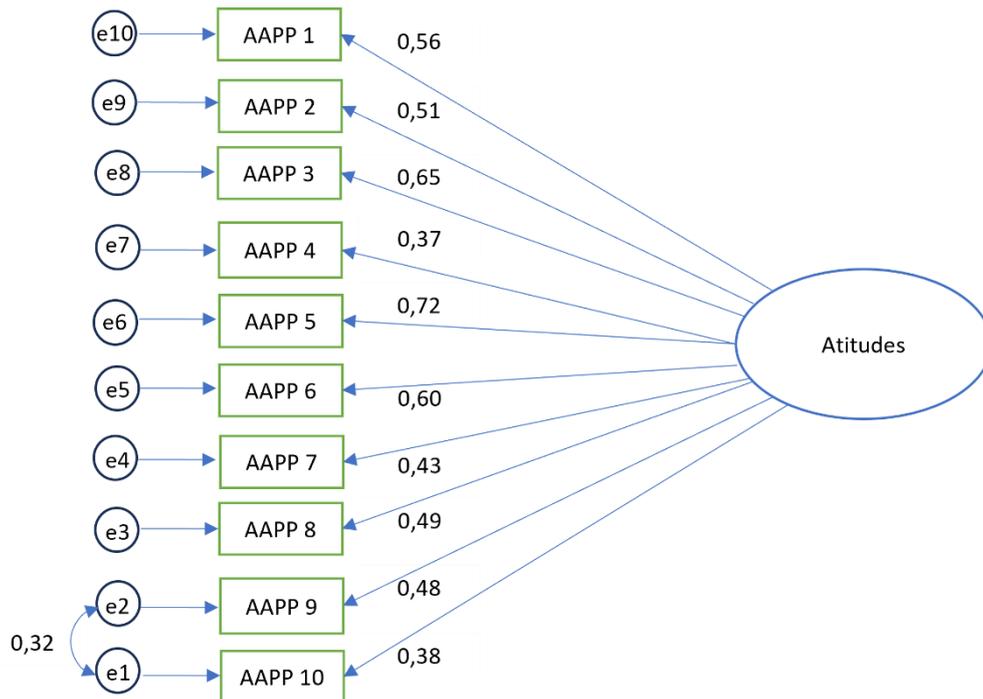
#### *Análise fatorial confirmatória à escala com duas dimensões*

O modelo bidimensional da escala ATSPPH-SF, conforme solução apresentada por Elhai et al. (2008), com os dois fatores: Valor e Abertura, obtido não se apresentou válido, conforme os índices de ajustamento obtidos:  $\chi^2/gl=5,04$ ,  $RMSEA=0,08$ ,  $GFI=0,94$ ,  $CFI=0,89$ . Na Figura 2 demonstra-se a solução bifatorial validada, após a correlação entre resíduos 6 e 7 dos itens, conforme se pode observar pelos índices de ajustamento obtidos:  $\chi^2/gl=4,18$ ,  $RMSEA=0,07$ ,  $GFI=0,95$ ,  $CFI=0,91$ .

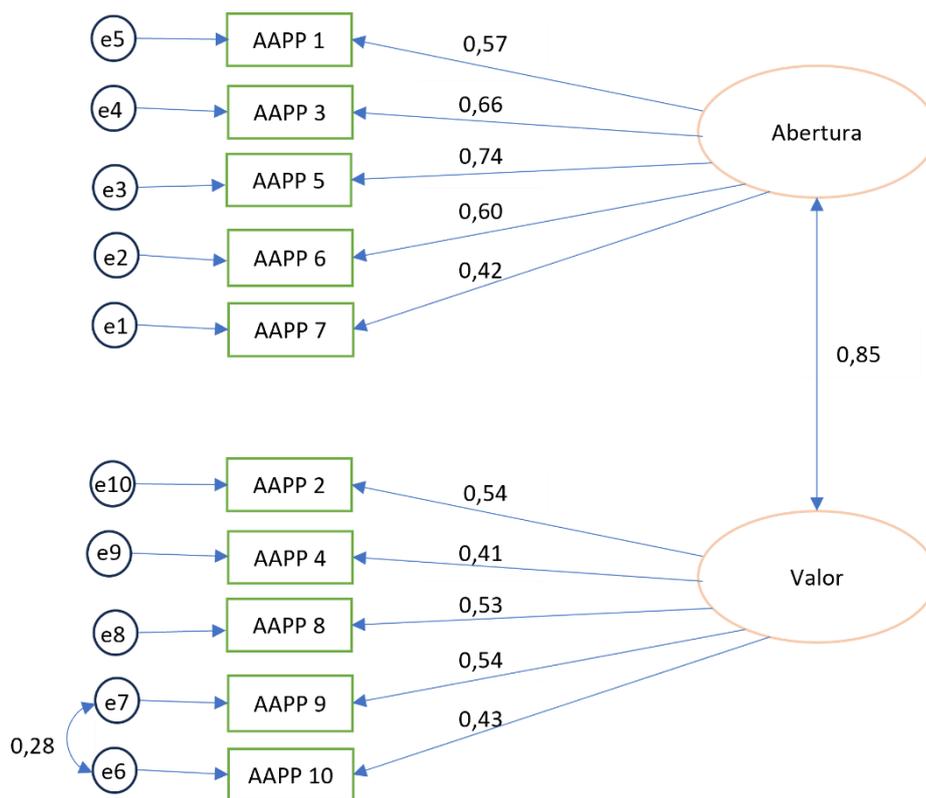
Os fatores em estudo, Abertura e Valor, apresentam uma adequada consistência interna e, como consequência, uma adequada fiabilidade, dados os valores de  $\alpha$ , conforme

Quadro 3. Análise da consistência interna às duas dimensões da ATSPPHS-SF.

Observando o Quadro 4 pode verificar-se que os valores são elevados para a amostra em estudo.



**Figura 1.** AFC do modelo unifatorial da ATSPPH-SF com ajustamento do modelo



**Figura 2.** AFC ajustada à solução bidimensional da ATSPPH-SF

**Quadro 3.** Análise da consistência interna às duas dimensões da ATSPPHS-SF

Dimensões	Alfa de Cronbach
Abertura	0,72
Valor	0,63

**Quadro 4.** Análise descritiva da ATSPPHS-SF

Escalas (ATSPPH-SF)	Média (M)	Desvio Padrão (DP)	Mínimo (MIN)	Máximo (Max)
Abertura	11,48	2,76	0,00	15,00
Valor	10,81	2,66	1,00	15,00
Total	22,29	4,79	2,00	30,00

Foram encontradas diferenças estatisticamente significativas entre sexos, em quaisquer das dimensões de atitudes analisadas ( $F(2, 612) = 32,41, p < 0,001$ ). Os resultados indicaram que as mulheres têm significativamente as pontuações mais elevadas nas dimensões de abertura e de valor, tal como no total das atitudes ( $p < 0,001$ ), conforme Quadro 5.

**Quadro 5.** Diferenças de atitudes entre sexos

ATSPPH-SF	Feminino		Masculino		p
	M	DP	M	DP	
Abertura	11,98	2,36	10,13	3,26	<0,001
Valor	11,20	2,41	9,79	3,01	<0,001
Atitudes total	23,18	4,08	19,92	5,71	<0,001

**Nota.** M – Média; DP – Desvio padrão

Quanto à relação entre a idade e as atitudes apenas a dimensão valor se apresenta como estatisticamente significativa, conforme Quadro 6 ( $r = -0,122; p = 0,003$ ), cujo coeficiente negativo permite evidenciar que são os mais novos que dão maior valor à procura de apoio psicológico profissional.

**Quadro 6.** Correlação entre a idade e as atitudes

			Abertura	Valor	Atitudes	Idade
Correlação de Pearson	Abertura AP	Coefficiente de Correlação	--			
		p				
	Valor AP	Coefficiente de Correlação	<b>0,57</b>	--		
		p	0,000			
	Atitudes	Coefficiente de Correlação	<b>0,89</b>	<b>0,88</b>	--	
		p	0,000	<0,001		
	<b>Idade</b>	Coefficiente de Correlação	0,00	<b>-0,12</b>	-0,07	--
		p	0,978	0,003	0,098	

Os resultados evidenciaram diferenças estatisticamente significativas entre a área de formação e profissional e as dimensões das atitudes, ( $F(6, 1220) = 6,08, p < 0,001$ ). Em quaisquer das dimensões de atitudes analisadas, os indivíduos com formação nas áreas de psicologia e ciências sociais obtêm valores significativamente mais elevados do que os que frequentam cursos na área da saúde/tecnologias ou outras áreas, Quadro 7.

**Quadro 7.** Diferenças entre áreas de formação e Atitudes

ATSPPH-SF	Psicologia/ Ciências Sociais		Gestão		Saúde e Tecnologias		Outras		<i>p</i>
	<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>M</i>	<i>DP</i>	
Abertura	12,12	2,21	11,3 9	2,8 8	10,68	2,84	11,5 2	2,9 5	<0,00 1
Valor	11,50	2,39	11,0 2	2,6 9	10,41	2,76	10,3 9	2,6 8	<0,00 1
Total Atitudes	23,61	3,90	22,4 1	5,0 7	21,09	5,06	21,9 1	4,9 6	<0,00 1

**Nota.** *M* – Média *DP* – Desvio padrão

Não foram encontradas diferenças de atitudes, estatisticamente significativas, entre o local de residência. Residir em cidade ou meio rural não faz variar significativamente para as atitudes em geral ( $t=1,70$ ,  $p=0,090$ ), assim como para as suas dimensões abertura ( $t=1,71$ ,  $p=0,088$ ) e valor ( $t=1,29$ ,  $p=0,197$ ). Verificou-se não existirem diferenças estatisticamente significativas em função da situação profissional ao nível das dimensões abertura ( $F=0,90$ ,  $p=0,408$ ), valor ( $F=2,32$ ,  $p=0,100$ ) e atitudes em geral ( $F=1,04$ ,  $p=0,353$ ). O facto de ter, ou não, apoio psicológico efetivo faz diferir significativamente nos resultados das atitudes ( $F(2, 612) = 39,93$ ,  $p < 0,001$ ). Os resultados obtidos nas dimensões Abertura e Valor, e no total das atitudes foram significativamente mais elevadas nos sujeitos que têm apoio psicológico ( $p < 0,001$ ), conforme patente no Quadro 8.

**Quadro 8.** Diferenças de atitudes nos participantes com e sem apoio psicológico efetivo

ATSPPH-SF	Apoio psicológico profissional efetivo				<i>p</i>
	Não		Sim		
	<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>M</i>	<i>DP</i>	
Abertura	10,67	2,85	12,32	2,39	<0,001
Valor	10,03	2,68	11,64	2,38	<0,001
Atitudes total	20,70	4,77	23,96	4,23	<0,001

**Nota.** *M* – Média; *DP* – Desvio padrão

## DISCUSSÃO

O constructo de atitude, identificado pelos 10 itens, define a disponibilidade para a procura de apoio psicológico profissional. Em termos de características da escala, os resultados das análises fatoriais confirmatórias comprovaram que a versão portuguesa, em estudo, se pode igualar à versão original de Fischer e Farina (1995), numa estrutura unifatorial. Não obstante, os resultados sugerem que também poderá ser usada com a estrutura de dois fatores obtida por Elhai et al. (2008) e já utilizada em estudos prévios, com população portuguesa. Este último modelo considera um fator referente à abertura à procura de apoio psicológico para resolução de problemas emocionais próprios, e um segundo fator, mais geral, que envolve as perceções sobre o valor do tratamento psicológico profissional. A estrutura bidimensional poderá ser importante para estudos de investigação na medida em que a distinção entre os fatores implícitos pode fornecer uma maior compreensão de determinantes atitudinais e correlatos sociodemográficos. Assim, apesar de ambas as estruturas apresentarem resultados válidos, do ponto de vista psicométrico, poder-se-á usar a estrutura bidimensional, sempre que acarretar benefício para a investigação onde se pretender usar a escala.

À semelhança dos estudos anteriores foram encontradas diferenças estatisticamente significativas nomeadamente sexo, área de estudos e apoio psicológico profissional efetivo. Não foram, no entanto, encontradas correlações significativas com a idade, exceto para a dimensão do valor.

Os resultados evidenciaram que as mulheres têm atitudes mais favoráveis que os homens, tal como resultados de outros estudos (Conceição et al., 2022; Efstathiou et al., 2019; Elhai et al., 2008; Fischer & Farina, 1995; Fischer & Turner, 1970 (Nam et al., 2010). A maior favorabilidade face à procura de apoio psicológico em sujeitos das áreas de formação na psicologia e ciências sociais, face a outras, vão no sentido do estudo original de Fischer e Turner (1970), tal como Alluhaibi e Awadalla (2022).

Os indivíduos que têm ou tiveram apoio psicológico profissional apresentaram maiores resultados, i.e., com atitudes mais favoráveis, tal como os encontrados originalmente por Fischer e Turner (1970), no estudo de validação de Elhai et al. (2008) ou, recentemente, em Portugal por Conceição et al. (2022), sugerindo que o contacto com recurso profissional tem efeito numa mudança atitudinal positiva, o que poderá levar à procura efetiva de apoio psicológico, numa situação de crise na saúde mental.

O presente estudo contou com um número de participantes adequado, mas deve ressaltar-se o facto de se tratar de uma amostra composta, na sua maioria, por indivíduos com elevadas habilitações académicas (65% dos participantes com ensino superior), residentes em meio urbano, e com autoavaliação da saúde mental favorável (75,3%). Apesar desta limitação da amostra face à sua heterogeneidade, julga-se que o presente estudo contribuiu, com informação psicométrica relevante, para a validação da adaptação da escala à população adulta portuguesa. Considera-se o seu uso na população geral adequado dado, não só, ter confirmado as principais propriedades psicométricas da escala original de Fischer e Farina (1995) e a sua validação mais recente desenvolvida por Elhai et al. (2008), como pelos resultados estarem congruentes com os resultados da investigação científica.

A miríade de estudos sobre a relação entre atitudes e comportamento, não deve conduzir à assunção de que os resultados obtidos por esta medida, ou mesmo da versão longa de Fischer e Turner, de 1970, traduzam a procura efetiva de tratamento psicológico profissional. A relação entre esta medida e o comportamento post-atitudinal tem sido tópico de vários estudos e deverá continuar a ser sistematicamente investigado. Dada a sua brevidade e adequação ao constructo que avalia a ATSPPH-SF é uma escala com elevado interesse para a investigação, numa área sensível como a de procura de apoio psicológico profissional. Ressalva-se que a escala foi desenvolvida e é adequada para a investigação, não devendo ser usada com propósitos clínicos (por exemplo, como triagem de pacientes para seriar aqueles mais adequados e motivados a uma determinada intervenção psicoterapêutica), a menos que façam parte de um delineamento experimental.

Em conclusão, a versão portuguesa da ATSPPHS-SF apresenta valores semelhantes quer à versão original quer a inúmeras outras versões de diversas línguas e culturas, o que mostra a sua validade para avaliar o construto em causa também em português europeu e na população geral portuguesa.

## ORCID

Graça Blanco  <https://orcid.org/0009-0007-0918-0801>

José Luís Pais-Ribeiro  <https://orcid.org/0000-0003-2882-8056>

## CONTRIBUIÇÃO DOS AUTORES

Graça Blanco: Concetualização, Análise dos dados, Redação do rascunho original, Redação – revisão e edição.

José Luís Pais-Ribeiro: Concetualização, Análise dos dados, Redação do rascunho original, Redação – revisão e edição.

## REFERÊNCIAS

- Ajzen, I. (1991). The theory of planned behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50(2), 179–211. [https://doi.org/10.1016/0749-5978\(91\)90020-T](https://doi.org/10.1016/0749-5978(91)90020-T)
- Alluhaibi, B. A., & Awadalla, A. W. (2022). Attitudes and stigma toward seeking psychological help among Saudi Adults. *BMC Psychology*, 216, 1-10. <https://doi.org/10.1186/s40359-022-00923-4>
- Ang, R. P., Lau, S., Tan, A.-G., & Lim, K. M. (2007). Refining the Attitudes Toward Seeking Professional Psychological Help Scale: Factorial invariance across two Asian samples. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 40(3), 130-141. <https://doi.org/10.1080/07481756.2007.11909810>
- Angermeyer, M. C., Matschinger, H., & Riedel-Heller, S. G. (1999). Whom to ask for help in case of a mental disorder? Preferences of the lay public. *Social psychiatry and psychiatric epidemiology*, 34(4), 202–210. <https://doi.org/10.1007/s001270050134>
- Armitage, C. J., & Conner, M. (2001). Efficacy of the theory of planned behaviour: A meta-analytic review. *British Journal of Social Psychology*, 471–499. <http://dx.doi.org/10.1348/014466601164939>
- Bayer, J. K., & Peay, M. Y. (1997). Predicting intentions to seek help from professional mental health services. *The Australian and New Zealand journal of psychiatry*, 31(4), 504–513. <https://doi.org/10.3109/00048679709065072>
- Conceição, V., Rothes, I., & Gusmão, R. (2022). The association between stigmatizing attitudes towards depression and help seeking attitudes in college students. *PLoS ONE*, 17(2), e0263622. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0263622>
- Coppens, E., Van Audenhove, C., Scheerder, G., Arensman, E., Coffey, C., Costa, S., Koburger, N., Gottlebe, K., Gusmão, R., O'Connor, R., Postuvan, V., Sarchiapone, M., Sisask, M., Székely, A., van der Feltz-Cornelis, C., & Hegerl, U. (2013). Public attitudes toward depression and help-seeking in four European countries baseline survey prior to the OSPI-Europe intervention. *Journal of affective disorders*, 150(2), 320–329. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2013.04.013>
- Efstathiou, G., Kouvaraki, E., Ploubidis, G., & Kalantzi-Azizi, A. (2019). Self-Stigma, Public-Stigma and Attitudes towards Professional Psychological Help: Psychometric properties of the greek version of three relevant questionnaires. *International Journal for the Advancement of Counselling*, 41, 175–186. <https://doi.org/10.1007/s10447-018-9364-9>
- Elhai, J. D., Schweinle, W., & Anderson, S. M. (2008). Reliability and validity of the Attitudes Toward Seeking Professional Psychological Help Scale-Short Form. *Psychiatry research*, 159(3), 320–329. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2007.04.020>
- Fischer, E. H., & Farina, A. (1995). Attitudes toward seeking professional psychological help: A shortened form and considerations for research. *Journal of College Student Development*, 36(4), 368–373.
- Fischer, E. H., & Turner, J. L. (1970). Orientations to seeking professional help: development and research utility of an attitude scale. *Journal of consulting and clinical psychology*, 35(1), 79–90. <https://doi.org/10.1037/h0029636>
- Fishbein, M., & Ajzen, I. (2010). *Predicting and changing behavior: The reasoned action approach*. Psychology Press.
- Gulliver, A., Griffiths, K. M., & Christensen, H. (2010). Perceived barriers and facilitators to mental health help-seeking in young people: a systematic review. *BMC psychiatry*, 10, 113. <https://doi.org/10.1186/1471-244X-10-113>

- Gulliver, A., Griffiths, K. M., Christensen, H., & Brewer, J. L. (2012). A systematic review of help-seeking interventions for depression, anxiety and general psychological distress. *BMC psychiatry*, *12*, 81. <https://doi.org/10,1186/1471-244X-12-81>
- Halgin, R. P., Weaver, D. D., Edell, W. S., & Spencer, P. G. (1987). Relation of depression and help-seeking history to attitudes toward seeking professional psychological help. *Journal of Counseling Psychology*, *34*(2), 177–185. <https://doi.org/10,1037/0022-0167,34,2,177>
- Hammer, J. H., Parent, M. C., & Spiker, D. A. (2018). Mental Help Seeking Attitudes Scale (MHSAS): Development, reliability, validity, and comparison with the ATSPPH-SF and IASMHS-PO. *Journal of counseling psychology*, *65*(1), 74–85. <https://doi.org/10,1037/cou0000248>
- Hinson, J. A., & Swanson, J. L. (1993). Willingness to seek help as a function of self-disclosure and problem severity. *Journal of Counseling & Development*, *71*(4), 465–470. <https://doi.org/10,1002/j.1556-6676,1993.tb02666.x>
- Kohls, E., Coppens, E., Hug, J., Wittevrongel, E., Van Audenhove, C., Koburger, N., Arensman, E., Székely, A., Gusmão, R., & Hegerl, U. (2017). Public attitudes toward depression and help-seeking: Impact of the OSPI-Europe depression awareness campaign in four European regions. *Journal of affective disorders*, *217*, 252–259. <https://doi.org/10,1016/j.jad.2017,04,006>
- Lannin, D. G., Vogel, D. L., Guyll, M., & Seidman, A. J. (2018). Reducing Threat Responses to Help-Seeking Information: Influences of Self-Affirmations and Reassuring Information. *Journal of Counseling Psychology*, *66*(3), 375–383. <http://dx.doi.org/10,1037/cou0000313>
- Li, W., Dorstyn, D. S., & Denson, L. A. (2014). Psychosocial correlates of college students' help-seeking intention: A meta-analysis. *Professional Psychology: Research and Practice*, *45*(3), 163–170. <https://doi.org/10,1037/a0037118>
- Lima, M., & Correia, I. (2017). Atitudes: medida, estrutura e funções. In J. Vala, & M. Monteiro, *Psicologia Social* (10ª ed., pp. 201–243). Fundação Calouste Gulbenkian.
- Lin, E., & Parikh, S. V. (1999). Sociodemographic, clinical, and attitudinal characteristics of the untreated depressed in Ontario. *Journal of affective disorders*, *53*(2), 153–162. [https://doi.org/10,1016/s0165-0327\(98\)00116-5](https://doi.org/10,1016/s0165-0327(98)00116-5)
- Marôco, J. (2018). *Análise Estatística com o SPSS Statistics* (7ª ed.). ReportNumber.
- Marôco, J. (2021). *Análise de equações estruturais: fundamentos teóricos, Software & Aplicações* (3ª ed.). Report Number.
- Nam, S. K., Choi, S. I., Lee, J. H., Lee, M. K., Kim, A. R., & Lee, S. M. (2010). A meta-analysis of gender differences in attitudes toward seeking professional psychological help. *Journal of American College*, *59*(2) 110–116. <http://dx.doi.org/10,1080/07448481,2010,483714>
- Nam, S. K., Choi, S. I., Lee, J. H., Lee, M. K., Kim, A. R., & Lee, S. M. (2013). Psychological factors in college students' attitudes toward seeking professional psychological help: A meta-analysis. *Professional Psychology: Research and Practice*, *44*(1) 37–45. <http://dx.doi.org/10,1037/a0029562>
- Picco, L., Abidin, E., Chong, S. A., Pang, S., Shafie, S., Chua, B. Y., Vaingankar, J. A., Ong, L. P., Tay, J., & Subramaniam, M. (2016). Attitudes Toward Seeking Professional Psychological Help: Factor Structure and Socio-Demographic Predictors. *Frontiers in psychology*, *7*, 547. <https://doi.org/10,3389/fpsyg.2016,00547>
- Sheeran, P. (2002). Intention—Behavior Relations: A Conceptual and Empirical Review. *European Review of Social Psychology*, *12*(1), 1–36. <http://dx.doi.org/10,1080/14792772143000003>
- Sun, S., Hoyt, W. T., Brockberg, D., Lam, J., & Tiwari, D. (2016). Acculturation and enculturation as predictors of psychological help-seeking attitudes (HSAs) among racial and ethnic minorities: A meta-analytic investigation. *Journal of Counseling Psychology*, *63*(6), 617–632. <https://doi.org/10,1037/cou0000172>

- Torres, L., Magnus, B., & Najar, N. (2021). Assessing the Psychometric Proprieties of the Attitudes Toward Seeking Professional Psychological Help Scale–Short Form (ATSPPH-SF) Among Latino Adults. *Assessment*, 28(1), 211-224. [https://doi.org/10,1177/1073191119899470](https://doi.org/10.1177/1073191119899470)
- Vogel, D. L., & Wei, M. (2005). Adult attachment and help-seeking intent: The mediating roles of psychological distress and perceived social support. *Journal of Counseling Psychology*, 347–357. [https://doi.org/10,1037/0022-0167,52,3,347](https://doi.org/10.1037/0022-0167.52.3.347)
- Vogel, D. L., & Wester, S. R. (2003). To Seek Help or Not to Seek Help: The Risks of Self-Disclosure. *Journal of Counseling Psychology*, 50(3), 351-361. [https://doi.org/10,1037/0022-0167,50,3,351](https://doi.org/10.1037/0022-0167.50.3.351)
- Vogel, D. L., Wade, N. G., & Hackler, A. H. (2007). Perceived public stigma and the intentions to seek counseling: The mediating roles of self-stigma and attitudes toward counseling. *Journal of Counseling Psychology*, 54(1), 40–50. [https://doi.org/10,1037/0022-0167,54,1,40](https://doi.org/10.1037/0022-0167.54.1.40)
- Vogel, D. L., Wester, S. R., Wei, M., & Boysen, G. A. (2005). The role of outcome expectations and attitudes on decisions to seek professional help. *Journal of Counseling Psychology*, 52(4), 459-470. [https://doi.org/10,1037/0022-0167,52,4,459](https://doi.org/10.1037/0022-0167.52.4.459)