

FERNANDO CÉRCENA LEVENTI

**ESTRATÉGIAS DE *COPING* ENTRE ADOLESCENTES**

UNIVERSIDADE CATÓLICA DOM BOSCO

MESTRADO EM PSICOLOGIA

CAMPO GRANDE – MS

2011

FERNANDO CÉRCENA LEVENTI

**ESTRATÉGIAS DE *COPING* ENTRE ADOLESCENTES**

Dissertação apresentada ao Programa de Mestrado em Psicologia da Universidade Católica Dom Bosco, como exigência parcial para obtenção do título de Mestre em Psicologia, área de concentração: Psicologia da Saúde, sob a orientação do Prof. Dr. José Carlos Rosa Pires de Souza.

UNIVERSIDADE CATÓLICA DOM BOSCO  
MESTRADO EM PSICOLOGIA  
CAMPO GRANDE – MS

2011

Ficha catalográfica

Leventi, Fernando Cércena  
L657e Estratégias de *coping* entre adolescentes / Fernando Cércena  
Leventi;  
orientação, José Carlos Rosa Pires de Souza. 2011  
69 f. + anexos  
Dissertação (mestrado em psicologia) – Universidade Católica  
Dom Bosco, Campo Grande, 2011.  
1. Estresse – Adolescente 2. Ajustamento (Psicologia) I. Souza,  
José  
Carlos Rosa Pires de II. Título

CDD – 155.9042

A dissertação apresentada por **FERNANDO CÉRCENA LEVENTI**, intitulada “**ESTRATÉGIAS DE COPING ENTRE ADOLESCENTES**”, como exigência parcial para obtenção do título de Mestre em PSICOLOGIA à Banca Examinadora da Universidade Católica Dom Bosco (UCDB), foi.....

### **BANCA EXAMINADORA**

---

Prof. Dr. José Carlos Rosa Pires de Souza – UCDB (orientador)

---

Prof<sup>a</sup>. Dr<sup>a</sup> Marília Martins Vizzotto - UMESS

---

Prof<sup>a</sup>. Dr<sup>a</sup> Heloisa Bruna Grubits Freire - UCDB

---

Prof<sup>a</sup>. Dr<sup>a</sup> Liliana Adolpho Magalhães Guimarães - UCDB

Campo Grande-MS, 03 de Outubro de 2011.

## **AGRADECIMENTOS**

Ao Prof. Dr. José Carlos Rosa Pires de Souza, agradeço profundamente toda sua ajuda, mesmo antes de se tornar orientador deste trabalho. Seu comprometimento em ajudar a todos incondicionalmente, simplificar, motivar, promover o espírito de equipe e buscar o crescimento daqueles que cruzam seu caminho é de merecido reconhecimento;

À Prof<sup>a</sup>. Dr<sup>a</sup> Liliana Adolpho Magalhães Guimarães e Prof<sup>a</sup>. Dr<sup>a</sup> Heloisa Bruna Grubits Freire pelas valiosas contribuições na qualificação deste trabalho;

À Prof<sup>a</sup>. Dr<sup>a</sup> Marília Martins Vizzotto pela disponibilidade para participar da banca de Defesa desta dissertação;

Aos participantes da pesquisa que carinhosamente forneceram os dados que tornaram possível a realização desta;

À Prof<sup>a</sup>. Dr<sup>a</sup> Lucy Nunes Ratier Martins por todas suas contribuições e sua cuidadosa orientação nas etapas iniciais deste trabalho;

A todos os funcionários do local de pesquisa pelo auxílio, prontidão e permissão para a realização da pesquisa;

À Gislaine Vieira Sandim pelo inestimável suporte nos momentos iniciais do curso;

À Prof<sup>a</sup>. Dr<sup>a</sup> Heloisa Bruna Grubits Freire principalmente por disponibilizar materiais fundamentais para a construção do corpo teórico deste trabalho;

À Prof<sup>a</sup>. MSc. Juliana de Moura Borges por todo seu apoio, e disponibilidade para contribuir, qualquer que fosse a questão;

A todos que contribuíram de forma direta ou indireta para a realização deste

trabalho e não foram aqui citados;

À minha família. Ao meu pai principalmente por garantir minha permanência em Campo Grande, e à minha mãe, meu irmão e minha irmã que mesmo distantes, proporcionaram todas as condições, materiais ou não, para a realização do curso, jamais medindo esforços para ajudar a superar todas as adversidades.

## RESUMO

**Introdução.** Estratégias de *coping* se referem a esforços cognitivos e comportamentais através dos quais indivíduos lidam com situações estressantes. Apesar de situações estressantes estarem presentes ao longo da vida, durante a adolescência o indivíduo está ainda testando sua capacidade de lidar com os diversos problemas que surgem, ao mesmo tempo em que ocorrem rápidas mudanças cognitivas, sociais, emocionais e físicas. As estratégias de *coping* utilizadas pelo adolescente são importantes preditores de seu ajustamento atual e futuro, podendo colocar o indivíduo em trajetórias de desenvolvimento mais ou menos adaptativas na vida adulta. **Objetivo.** Identificar as estratégias de *coping* utilizadas por adolescentes de uma instituição de qualificação sócio-profissional. **Método.** Exploratório, descritivo e de corte transversal. A amostra por conveniência foi composta por 76 adolescentes. Para a caracterização da amostra foi utilizado um questionário sociodemográfico contendo as variáveis sexo, idade, renda mensal familiar, quantidade de pessoas com quem divide a habitação, situação de moradia, série escolar, e grau de parentesco com as pessoas com quem divide a residência. Para a identificação das estratégias de *coping* foi utilizado o Inventário de Estratégias de *Coping* de Lazarus e Folkman. Para as análises foi utilizado o teste de diferença de médias t-student e teste de Análise de Variância (ANOVA), sendo ambos aplicados com 95% de confiabilidade. Todos os responsáveis pelos participantes apresentaram seu consentimento através de assinatura do termo de consentimento livre e esclarecido. **Resultados.** Dentre os participantes, 75% são do sexo feminino e com idade predominante de 15 anos (98%). As estratégias de *coping* mais utilizadas foram: suporte social (M = 1,41), autocontrole (M = 1,39) e reavaliação positiva (M = 1,34), e as menos utilizadas foram fuga-esquiva (M = 0,97), afastamento (M = 1,10) e confronto (M = 1,15). Diferenças no uso de estratégias entre os sexos não foram encontradas ( $p > 0,13$ ). Os eventos estressores relatados com maior frequência foram conflitos com pais (37%). Em eventos estressores ocorridos na interação com adultos, a estratégia fuga-esquiva foi a mais utilizada ( $p = 0,02$ ). **Conclusão.** Em geral os participantes se mostraram ativos ao terem que lidar com eventos estressores, o que é geralmente concebido como mais adaptativo. Contudo a maior adoção de estratégias evitativas em eventos envolvendo adultos pode indicar dificuldade de negociação com estes.

**Palavras-chave:** *Coping*, Enfrentamento, Adolescência.

## ABSTRACT

**Introduction.** Coping strategies refers to cognitive and behavioral efforts through which individuals deal with stressful situations. Although stressful situations are present throughout life, during adolescence the individual is still testing its ability to handle the various problems that arise, while rapid cognitive, social, emotional and physical changes are occurring. The coping strategies used by the adolescent are important predictors of their current and future adjustment, possibly putting the individual into developmental trajectories more or less adaptive in adulthood.

**Objective.** Identifying coping strategies used by adolescents of a social and professional qualification institution. **Method.** Exploratory, descriptive and cross-sectional. The convenience sample was composed by 76 adolescents. The Socio-Demographic Questionnaire was applied to characterize the sample according to the variables sex, age, monthly family income, number of people with whom he shares the dwelling, living arrangements, schooling, and kinship with people with whom he shares the residence. To identify the coping strategies the Lazarus and Folkman's Ways of Coping Questionnaire was used. At statistical analysis of data was applied the test t-student and the test Analysis of Variance (ANOVA), both being applied with 95% reliability. All those responsible for the participants presented their consent by signing the Term of Informed Consent. **Results.** Among participants, 75% are female and aged 15 years predominantly (98%). The most frequently used strategies were seeking social support ( $M = 1,41$ ), self-controlling ( $M = 1,39$ ) and positive reappraisal ( $M = 1,34$ ), and the least used were escape-avoidance ( $M = 0,97$ ), distancing ( $M = 1,10$ ) and confrontive coping ( $M = 1,15$ ). Differences in use of strategies between the sexes were not found ( $p > 0,13$ ). The stressful events most frequently reported were conflict with parents (37%). In stressful events occurring in the interaction with adults, the escape-avoidance strategy was the most used ( $p = 0,02$ ). **Conclusion.** In general the participants were active in having to deal with stressful events, which is generally conceived as more adaptive. However, the increased adoption of the escape-avoidance strategy when in events involving adults may indicate difficulty in negotiation with them.

**Keywords:** Coping, Adolescence.



## LISTA DE FIGURAS

FIGURA 1 – Modelo de Processamento de Estresse e <i>Coping</i> .....	21
--	----

## LISTA DE TABELAS

TABELA 1 – Dados sociodemográficos dos adolescentes amostrados .....	41
TABELA 2 – Utilização das estratégias de <i>coping</i> .....	42
TABELA 3 – Utilização das estratégias de <i>coping</i> entre os sexos.....	44
TABELA 4 – Utilização das estratégias de <i>coping</i> em relação à renda .....	45
TABELA 5 – Utilização das estratégias de <i>coping</i> em relação à quantidade de moradores .....	46
TABELA 6 – Utilização das estratégias de <i>coping</i> em relação ao tipo de moradia....	46
TABELA 7 – Utilização das estratégias de <i>coping</i> em relação à escolaridade .....	47
TABELA 8 – Utilização das estratégias de <i>coping</i> em relação à presença do pai.....	47
TABELA 9 – Utilização de estratégias de <i>coping</i> em diferentes eventos .....	50

## LISTA DE QUADROS

QUADRO 1 – Fatores e itens do Inventário de Estratégias de <i>Coping</i> de Lazarus e Folkman .....	36
QUADRO 2 – Descrição dos fatores do Inventário de Estratégias de Coping de Lazarus e Folkman.....	37
QUADRO 3 – Categorias de eventos estressores .....	49

## **LISTA DE SIGLAS**

CEP - Comitê de Ética em Pesquisa

CNS - Conselho Nacional de Saúde

LILACS - Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde

PSYCINFO - Psychological Information Database

SCIELO - Scientific Electronic Library Online

TCLE - Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

UCDB - Universidade Católica Dom Bosco

## SUMÁRIO

<b>1 APRESENTAÇÃO</b> .....	14
<b>2 REFERENCIAL TEÓRICO</b> .....	18
2.1 <i>COPING</i> .....	19
2.1.1 O modelo teórico de Lazarus e Folkman .....	20
2.2 ESTRESSE .....	24
2.3 ADOLESCÊNCIA: EVENTOS ESTRESSANTES E <i>COPING</i> .....	26
<b>3 OBJETIVOS</b> .....	30
3.1 OBJETIVO GERAL.....	31
3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS .....	31
<b>4 MÉTODO</b> .....	32
4.1 CARACTERIZAÇÃO DA PESQUISA .....	33
4.2 LOCAL DA PESQUISA.....	33
4.3 PARTICIPANTES.....	34
4.3.1 Seleção dos participantes e descrição da amostra .....	34
4.3.2 Critérios de inclusão .....	35
4.3.3 Critérios de exclusão .....	35
4.4 INSTRUMENTOS DE PESQUISA.....	35
4.4.1 Questionário Sociodemográfico .....	35
4.4.2 Inventário de Estratégias de <i>Coping</i> .....	35
4.5 PROCEDIMENTOS .....	38
4.6 ASPECTOS ÉTICOS DA PESQUISA.....	38
4.7 ANÁLISE ESTATÍSTICA.....	38
<b>5 RESULTADOS E DISCUSSÃO</b> .....	40
5.1 CARACTERIZAÇÃO DA AMOSTRA .....	41
5.2 ESTRATÉGIAS DE <i>COPING</i> .....	42
5.3 EVENTOS ESTRESSANTES E ESTRATÉGIAS DE <i>COPING</i> .....	48
<b>6 CONCLUSÕES E CONSIDERAÇÕES FINAIS</b> .....	51
<b>REFERÊNCIAS</b> .....	54
<b>APÊNDICES</b> .....	61

APÊNDICE 1 – QUESTIONÁRIO SOCIODEMOGRÁFICO .....	62
APÊNDICE 2 – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO.....	63
APÊNDICE 3 – AUTORIZAÇÃO PARA A APLICAÇÃO DA PESQUISA NA INSTITUIÇÃO.....	64
<b>ANEXOS</b> .....	65
ANEXO 1 - INVENTÁRIO DE ESTRATÉGIAS DE <i>COPING</i> .....	66
ANEXO 2 – AUTORIZAÇÃO PARA A REALIZAÇÃO DA PESQUISA .....	69



Em situações de adversidade, em que o funcionamento mental, físico, e a saúde são ameaçados, indivíduos desenvolvem uma série de processos adaptativos que lhes concede o potencial de escapar de catástrofes, reformular desafios, e transformar experiências estressantes em amadurecimento psicológico (SKINNER, 2007). Em graus variados, estes processos foram incluídos no construto *coping* (COMPAS et al., 2001). *Coping* é uma parte importante de outro construto denominado estresse (COX; GRIFFITHS; RIAL-GONZÁLEZ, 2000). O estresse é geralmente concebido como um processo corporal decorrente de demandas físicas ou psicológicas, sendo estas demandas chamadas de estressores (KROHNE, 2001).

Com o reconhecimento da importância em se administrar efetivamente condições adversas, várias pesquisas surgiram buscando examinar como os indivíduos lidam com situações estressoras e quais os diferentes impactos destes eventos quando combinado com diferentes estratégias de *coping* (ZIMMER-GEMBECK; LOCKE, 2007). O *coping* já foi estudado com base nos conceitos de mecanismos de defesa da psicanálise e teorias derivadas, sendo considerado como uma manifestação de traços de personalidade, assim como através dos princípios básicos do behaviorismo radical e do positivismo lógico, que o percebiam como respostas comportamentais aprendidas que controlavam condições ambientais aversivas (LAZARUS; FOLKMAN, 1984; SKINNER, 2007; SOMERFIELD; MCCRAE, 2000). Dentre os diversos conceitos existentes, a definição que tem sido mais aceita em estudos sobre *coping* e adaptação é a proposta por Lazarus (1993b), de *coping* enquanto os esforços cognitivos e comportamentais em constante mudança que as pessoas utilizam para lidar com o estresse (TENNEN et al., 2000).

Apesar de situações estressoras estarem presentes durante toda a vida, em etapas do desenvolvimento como a adolescência, indivíduos são considerados como estando em um período de fragilidade, por esta se constituir em um momento em que o jovem está testando suas possibilidades e sua capacidade de lidar com os diversos problemas que surgem, ao mesmo tempo em que ocorrem rápidas mudanças cognitivas, sociais, emocionais e físicas. Os estressores enfrentados nesta etapa tem se mostrado como importantes fatores de risco para o desenvolvimento de dificuldades emocionais, cognitivas e comportamentais (CAMARA; CARLOTTO, 2007; FRYDENBERG, 2008).

As formas com que crianças e adolescentes lidam com o estresse são importantes mediadores e moderadores do impacto do estresse tanto em seu



ajustamento atual como futuro. O desenvolvimento de formas características de *coping* em etapas iniciais da vida podem colocar os indivíduos em trajetórias de desenvolvimento mais ou menos adaptativas, podendo se tornar precursores de padrões de *coping* na vida adulta (COMPAS et al., 2001). Como estratégias desadaptativas adotadas tipicamente na adolescência, Aldwin (2007) aponta o consumo de álcool, drogas ou cigarros como meios externos de reduzir estados internos de estresse.

Contudo, apesar da adolescência trazer riscos, esta também oferece oportunidades de crescimento (FRYDENBERG, 2008). Pesquisas têm evidenciado que a experiência de lidar com estressores passíveis de administração são importantes para o desenvolvimento de uma ampla variedade de habilidades e capacidades. Existe consenso entre os pesquisadores de que tanto os estressores cotidianos como eventos maiores terão consequências positivas ou negativas a depender de como o adolescente irá lidar com eles (ZIMMER-GEMBECK; SKINNER, 2008). A necessidade de autonomia, típica da adolescência, impulsiona o jovem a adotar uma postura mais ativa do que a criança. Neste sentido, experiências que provavelmente iriam se constituir em obstáculos ao desenvolvimento, podem se tornar oportunidades de crescimento e amadurecimento psíquico.

Em perspectiva de intervenção, a adolescência é um estágio do desenvolvimento onde existem oportunidades significativas para se entender e promover habilidades nos jovens para lidar com problemas, pois apesar de algumas formas de adaptação estarem ligadas a traços de personalidade, outras podem ser aprendidas ao longo da vida (FRYDENBERG, 2008). Para que se tenha sucesso em programas de intervenção que visem ajudar os adolecentes a lidar de maneira construtiva com os estressores cotidianos, é necessário que se identifique a natureza destes estressores, a forma com que são percebidos, e como eles reagem e lidam com estes problemas (FRYDENBERG, 2004; ZIMMER-GEMBECK; SKINNER, 2008).

Uma consulta às bases de dados Scielo, Lilacs e PsycInfo utilizando os descritores “*coping*”, “adolescente”, e “enfrentamento”, revelou poucos estudos brasileiros abordando o processo de *coping* na adolescência. A maioria das pesquisas encontradas tinham como população jovens da região Sul do Brasil, não sendo encontrada nenhuma investigação do processo de *coping* em adolescentes de Campo Grande – MS, região Centro-Oeste.

Neste contexto, este estudo surgiu com o objetivo de investigar as estratégias de *coping* utilizadas por adolescentes de uma instituição de qualificação sócio-profissional, assim como identificar quais eventos são relatados pelos jovens como estressores.

Durante as aulas da disciplina “Qualidade de Vida, Saúde e Trabalho”, o contato com o construto *coping* e a percepção de sua importância para o ajustamento do indivíduo despertou o interesse do pesquisador. As mudanças de vida decorrentes do ingresso deste no programa de mestrado, que envolviam também questões relacionadas à construção da identidade profissional, comuns à adolescência, foram ponto fundamental para a aproximação com o tema.

Os resultados deste estudo são apresentados neste trabalho que foi organizado em capítulos. O primeiro capítulo se constitui em introdução à temática e apresentação de aspectos que apontam a relevância desta investigação.

O segundo capítulo apresenta uma revisão teórica dos temas *coping* e estresse, apresentando o modelo teórico que fundamenta o estudo, e buscando descrever como estes fenômenos são vivenciados no período da adolescência. O terceiro capítulo descreve os objetivos da pesquisa. No quarto capítulo é apresentado o método de investigação, local de pesquisa, participantes, recursos, instrumentos, procedimentos, aspectos éticos e análise estatística.

O quinto capítulo apresenta os resultados, trazendo discussões sobre os mesmos. O sexto capítulo apresenta as conclusões obtidas da investigação e outras considerações relevantes.

## 2 REFERENCIAL TEÓRICO

---

## 2.1 COPING

O interesse formal pelos processos de adaptação data do século XIX, momento em que a psicanálise desenvolveu o conceito de defesa enquanto uma série de mecanismos psicológicos através dos quais os indivíduos distorcem a realidade para lidar com sentimentos dolorosos diversos (SOMERFIELD; MCCRAE, 2000). Durante o período de 1930 a 1960 diversas investigações empíricas na abordagem psicanalítica foram realizadas, onde os principais mecanismos de defesa estudados eram a repressão e a projeção (CRAMER, 2000). Estas investigações iniciais concebiam que o objetivo do *coping* era a regulação da ansiedade (FOLKMAN; MOSKOWITZ, 2000) e tinham como base teórica, além da psicanálise, seus derivados como a psicologia do ego (ALDWIN, 2007). Neste momento, o *coping* era percebido como uma manifestação de traços de personalidade, sendo conceitualizado como indicador de maturidade egóica e acessado através de longas entrevistas (SKINNER, 2007). Porém sendo os mecanismos de defesa inconscientes, sua validade e confiabilidade se mostraram de difícil avaliação, fazendo com que as evidências empíricas produzidas inicialmente nesta abordagem, fossem consideradas pouco significativas (SOMERFIELD; MCCRAE, 2000).

No período compreendido entre 1950 e 1960 o interesse em aumentar a credibilidade científica da psicologia fez com que os mecanismos de defesa, assim como o conceito de inconsciência dessem lugar a pesquisas apoiadas nos princípios básicos do behaviorismo radical e do positivismo lógico. Estas pesquisas com o objetivo de estudar o estresse eram realizadas em laboratório com animais ou então através de *checklists* de eventos de vida (SOMERFIELD; MCCRAE, 2000).

Os estudos de base behaviorista apresentavam uma concepção unidirecional de *coping*, onde este era frequentemente referido como atos ou respostas comportamentais aprendidas que controlavam condições ambientais aversivas de forma a reduzir as alterações psicofisiológicas (LAZARUS; FOLKMAN, 1984). A capacidade de avaliação do organismo era neste momento negligenciada.

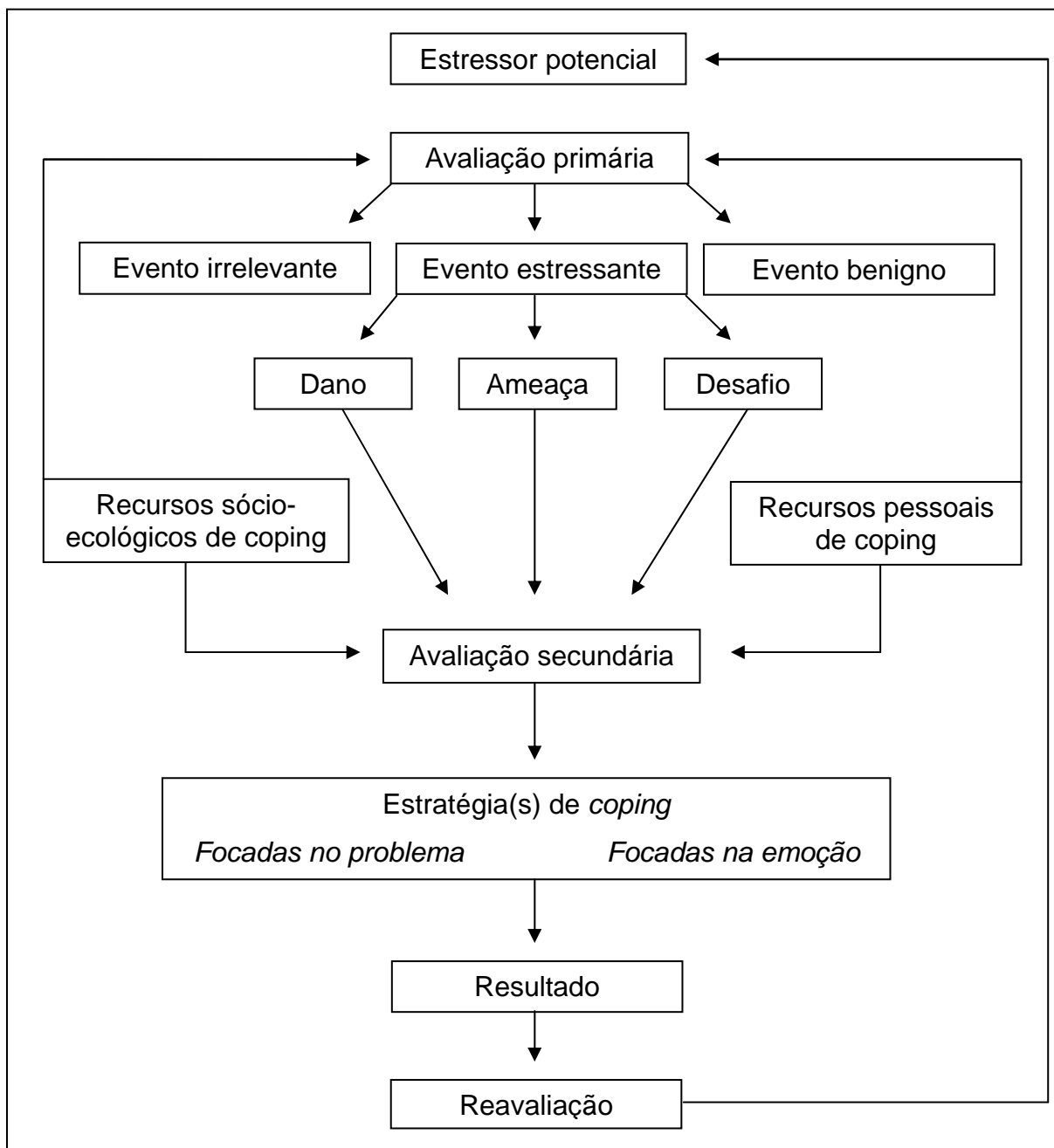
A revolução cognitiva trouxe o reconhecimento de que processos intrapsíquicos podem intervir entre o estímulo e a resposta, assim como uma ênfase nos esforços adaptativos conscientes e observáveis envolvidos. Estes processos passaram a ser chamados de *coping* e foram considerados como moderadores ou mediadores na relação entre estresse e adoecimento. Outros fatores psicossociais

considerados envolvidos nesse processo foram, entre outros: suporte social, auto-estima, hardiness, e locus de controle. (SOMERFIELD; MCCRAE, 2000). Entre as diversas modificações pelas quais os estudos sobre *coping* passaram, se destacam os trabalhos de Lazarus e Folkman, no início da década de 80 do século XX. Uma das principais contribuições dos autores foi distinguir o *coping* como esforços para lidar com o estresse, ao invés de mecanismos inatos ou automatizados. O modelo de Lazarus e Folkman acabou se tornando a base da maioria das pesquisas atuais em *coping* (COMPAS et al., 1997).

### 2.1.1 O modelo teórico de Lazarus e Folkman

O significativo aumento de pesquisas sobre estresse e *coping* nos últimos 40 anos se deve em parte pela publicação do livro “Estresse Psicológico e o Processo de *Coping*” de Richard Lazarus em 1966, assim como pela chamada “revolução cognitiva” que se fazia presente na época. Lazarus abordou o estresse não como um estímulo ou uma resposta, mas sim como uma relação entre a pessoa e o ambiente, salientando a importância das avaliações cognitivas enquanto componente fundamental na determinação das reações do indivíduo quando em contato com um estressor (NTOUMANIS; EDMUNDS; DUDA, 2009).

A teoria de estresse, avaliação e *coping* de Lazarus e Folkman (1984) é provavelmente o modelo que tem exercido maior influência teórica entre as abordagens transacionais (MARK; SMITH, 2008), parecendo também ter dominado o campo de pesquisa em estresse psicológico e *coping* nas últimas três décadas (FOLKMAN, 2011).



**Figura 1: Modelo de Processamento de Estresse e Coping.**

Fonte: Adaptado de Beresford (1994).

Este modelo (FIGURA 1) considera estresse como uma relação particular entre a pessoa e o ambiente que é avaliado por esta como sobrecarregando ou excedendo seus recursos e ameaçando seu bem-estar (LAZARUS; FOLKMAN, 1984). Esta perspectiva indica dois processos como mediadores centrais nas transações entre pessoa e ambiente: avaliação cognitiva e *coping* (KROHNE, 2001).

Avaliação cognitiva é o amplo processo de categorização de um evento em seus diversos aspectos que tem como foco a relevância deste para o bem-estar. A

forma com que a pessoa avalia um evento depende de diversos fatores como crenças, metas, e escolhas. Três espécies de avaliação cognitiva são identificadas: avaliação primária, secundária e reavaliação (LAZARUS; FOLKMAN, 1984).

A avaliação primária consiste no julgamento de uma situação como irrelevante, benigna/positiva, ou estressante. Eventos percebidos como não ameaçando o bem-estar da pessoa, são tidos como irrelevantes. Eventos percebidos como preservando ou aumentando o bem-estar são incluídos na categoria benigna/positiva. Quando um evento é avaliado como estressante, três diferentes formas de estresse podem ocorrer: dano/perda, ameaça, e desafio. Dano/perda se referem a prejuízos que a pessoa já tenha sofrido; ameaça se refere à antecipação de danos ou perdas que ainda não ocorreram; e desafio se refere a eventos que apresentam a possibilidade de ganho ou de crescimento (LAZARUS; FOLKMAN, 1984).

A avaliação secundária é caracterizada como o julgamento a respeito do que pode ser feito. É um complexo processo avaliativo que considera as opções de *coping* disponíveis, a possibilidade de determinada estratégia cumprir seu objetivo, as consequências de seu uso, e se o indivíduo poderá aplicar uma ou um conjunto de estratégias efetivamente (LAZARUS; FOLKMAN, 1984).

Reavaliação é o processo decorrente de uma avaliação anterior baseada em novas informações a respeito das demandas do ambiente ou das reações da pessoa. Quando uma reavaliação é resultado dos esforços de *coping* e não de novas informações, esta é chamada de reavaliação defensiva (LAZARUS; FOLKMAN, 1984). De maneira geral, as avaliações cognitivas geram tendências de ação relevantes às condições específicas de dano ou benefício (SMITH; LAZARUS, 1990). Diferentes avaliações de estresse levam a diferentes formas de *coping* (NTOUMANIS; EDMUNDS; DUDA, 2009).

Nesta perspectiva, *coping* é definido como os esforços cognitivos e comportamentais, em constante mudança, utilizados para administrar demandas internas e/ou externas específicas que são avaliadas como sobrecarregando ou excedendo os recursos da pessoa (LAZARUS; FOLKMAN, 1984). Esta definição traz consigo questões que abordam algumas limitações de propostas anteriores. Dentre elas: considera que o *coping* é orientado pelo processo e não por traços de personalidade; distingue *coping* de comportamentos adaptativos automatizados ao limitar o processo de *coping* somente às demandas que são avaliadas como

sobrecarregando os recursos; considera como *coping* os esforços e não os resultados; concebe a função do *coping* como sendo de administração, e não de controle da situação (LAZARUS; FOLKMAN, 1984).

Lazarus e DeLongis (1983) consideram que as pessoas raramente são passivas em relação ao que está acontecendo, que elas buscam mudar as situações se possível ou então utilizar formas cognitivas de *coping* através das quais estas podem modificar o significado da situação. Esta colocação ilustra as duas categorias funcionais do *coping*: *coping* focalizado na emoção, e *coping* focalizado no problema. O *coping* focalizado na emoção é caracterizado como um esforço para reduzir o estresse emocional, incluindo estratégias como evitação, comparação positiva, distanciamento, atenção seletiva, atribuição de valor positivo para eventos negativos, minimização e autocontrole (LAZARUS; FOLKMAN, 1984). A ingestão de tranquilizantes, o consumo de cigarros e a prática de exercícios físicos são exemplos de estratégias dirigidas a um nível somático de tensão emocional que visam reduzir a sensação física desagradável associada a um estado de estresse (ANTONIAZZI; DELL'AGLIO; BANDEIRA, 1998).

As estratégias de *coping* focalizadas no problema são definidas como os esforços que visam atuar diretamente no estressor, buscando sua alteração ou modificação. Nas estratégias de *coping* classificadas como focalizadas no problema, comumente são identificados esforços como definição do problema, geração de soluções alternativas, e avaliação das alternativas em relação ao seu custo-benefício (LAZARUS; FOLKMAN, 1984). Nesta abordagem, *coping* é percebido como um processo, sendo estudado a partir de uma análise contextual das situações de estresse, onde a forma com que a pessoa lida com a situação depende de seus recursos e suas limitações, tanto pessoais como ambientais, e não é considerado que algumas estratégias sejam, por definição, melhores que outras, pois sua eficiência depende de sua adequação à situação específica de estresse (LAZARUS; FOLKMAN, 1984), considerando ainda que o próprio processo de *coping* altera tanto a relação da pessoa com o ambiente como a avaliação subsequente (LAZARUS, 1991).

Entre as diversas propostas conceituais de *coping* posteriores, é possível destacar as contribuições de Moos (1995), que ampliou a classificação de estratégias em quatro domínios, a partir do foco (aproximação ou evitação) e do método (cognitivo ou comportamental), salientando o papel das influências pessoais



e ambientais no processo de avaliação do evento, e suas relações com a saúde.

## 2.2 ESTRESSE

O termo estresse, com o significado de dificuldade ou adversidade, já estava em uso no século XIV, porém sem nenhuma organização formal. Somente no século XVII, a partir dos trabalhos do físico e biólogo Robert Hooke sobre como estruturas deveriam ser projetadas de forma a resistir às forças naturais, é que o termo passou a adquirir relevância técnica. Estes trabalhos exerceram grande influência nos modelos de estresse encontrados na fisiologia, psicologia e sociologia do início do século XX (LAZARUS, 1993a). A literatura indica três abordagens básicas para se conceitualizar e estudar o estresse: I) estresse enquanto estímulo aversivo ou nocivo proveniente do ambiente (abordagem do estímulo); II) estresse enquanto resposta do organismo decorrente de exposições a agentes nocivos (abordagem fisiológica); e III) estresse enquanto uma interação dinâmica entre indivíduo e ambiente, também chamada de abordagem psicológica (COX; GRIFFITHS; RIAL-GONZÁLEZ, 2000).

Abordagens que definem estresse como um estímulo têm como foco os eventos ambientais como condições aversivas, desastres naturais e situações de doença. Esta abordagem pressupõe que determinados eventos são normalmente estressantes, mas não considera as diferenças individuais de avaliação dos eventos (LAZARUS; FOLKMAN, 1984). Pesquisas desta natureza aumentaram consideravelmente durante a Segunda Guerra Mundial, quando militares norte-americanos passaram a se preocupar com os efeitos do estresse no desempenho dos soldados, onde muitos apresentavam sintomas diversos como paralisia e pânico em decorrência da experiência de guerra (LAZARUS, 1993a; LAZARUS; FOLKMAN, 1984). Posteriormente, a abordagem do estímulo ampliou seu foco, passando a investigar tanto eventos de vida como casamento, perda, divórcio; estímulos do ambiente como: ruído, poluição; e estressores cotidianos (ALDWIN, 2007).

A abordagem de estresse como resposta do organismo prevaleceu na biologia e medicina, onde estresse é referido como um estado do organismo, considerando a pessoa como reagindo ao estresse, estando sob estresse, e denominações similares (LAZARUS; FOLKMAN, 1984). O expoente desta abordagem foi Hans Selye (COX; GRIFFITHS; RIAL-GONZÁLEZ, 2000). Em 1936 o fisiologista Hans Selye descreveu uma única e geral reação adaptativa quando o corpo é submetido a agentes

estressores. Denominou esta reação de “síndrome geral de adaptação”, sendo constituída por três fases: reação de alarme, fase de adaptação, e fase de exaustão. A reação de alarme é caracterizada pela ativação do sistema nervoso simpático, a fim de reagir à nova situação; na fase de adaptação o corpo se mantém em estado de maior ativação; e na fase de exaustão o corpo torna-se vulnerável por ter mantido um longo período de ativação, havendo queda na capacidade de pensar, lembrar e agir, assim como enfraquecimento do sistema imunológico (MICZEK; YAP; COVINGTON, 2008). Os experimentos de Selye eram realizados em animais, e entre os estímulos aversivos aos quais estes eram submetidos, se encontram principalmente: calor, frio, e agentes tóxicos (KROHNE, 2001).

A abordagem psicológica ao estresse o conceitualiza a partir da dinâmica que se desenvolve entre a pessoa e o ambiente. Variações desta abordagem dominam as teorias contemporâneas de estresse, entre as quais duas formas podem ser identificadas: a abordagem interacional e a abordagem transacional. As abordagens interacionais têm como foco as características estruturais da relação, enquanto abordagens transacionais salientam a importância dos processos cognitivos e das reações emocionais envolvidas nesta dinâmica (COX; GRIFFITHS; RIAL-GONZÁLEZ, 2000).

As abordagens transacionais apresentam uma perspectiva integrativa porque consideram a importância de todos os componentes envolvidos no processo do estresse. Seu foco é rastrear a maneira com que estas transações acontecem, considerando que, dependendo do contexto ou do indivíduo, alguns componentes podem adquirir maior ou menor importância (ALDWIN 2007). As evidências disponíveis suportam uma abordagem psicológica para a definição do estresse, e sugerem os modelos transacionais como os mais adequados e úteis entre os disponíveis (COX; GRIFFITHS; RIAL-GONZÁLEZ, 2000).

Apesar das diversas formas e termos utilizados para descrever o processo de estresse, em uma perspectiva transacional, quatro conceitos fundamentais devem ser sempre considerados: a) um agente causal, interno ou externo (também chamado de estressor); b) uma avaliação (realizada por uma mente ou um sistema fisiológico); c) processos de *coping* utilizados por uma mente ou corpo para lidar com as demandas; e d) um padrão complexo de efeitos na mente e corpo, geralmente referidos como a reação ao estresse (LAZARUS, 1993a).

### 2.3 ADOLESCÊNCIA: EVENTOS ESTRESSANTES E *COPING*

A adolescência é compreendida pela Organização Mundial da Saúde como um período que se estende dos 10 até os 19 anos de idade (CONTI; FRUTUOSO; GAMBARDELLA, 2005). O Estatuto da Criança e do Adolescente define adolescência como uma etapa situada entre os 12 e 18 anos de idade (BRASIL, 1990). Além de uma faixa etária, a adolescência é considerada como um período intermediário entre a infância e a idade adulta, caracterizada por rápidas mudanças nos níveis cognitivo, social, emocional e físico (FRYDENBERG, 2008).

Por se constituir em uma etapa do desenvolvimento onde o indivíduo está testando suas possibilidades e sua capacidade de lidar com os diversos problemas que surgem, este período é percebido ainda como um momento de fragilidade (CAMARA; CARLOTTO, 2007), onde a saúde e o bem-estar do adolescente podem ser ameaçadas por diversas condições, entre elas, a vivência de situações de estresse (ZIMMER-GEMBECK; SKINNER, 2008). Neste período os jovens adquirem maior capacidade de abstração e introspecção, refletindo mais sobre si e sobre os outros. A maturação cognitiva possibilita a descentralização da experiência emocional direta e permite maior estabilidade afetiva. Os ganhos cognitivos tornam os jovens mais sensíveis em relação ao que acontece, proporcionando uma percepção mais complexa tanto de experiências internas, quanto de eventos externos. Desta forma a maturação cognitiva acaba tendo papel ambíguo, pois pode aumentar a instabilidade emocional e tornar o adolescente mais suscetível ao estresse (GREENE; LARSON, 1991).

A puberdade promove mudanças biológicas e neurológicas que podem aumentar os efeitos do estresse e interferir na capacidade de resolver problemas de maneira racional (ZIMMER-GEMBECK; SKINNER, 2008). Ainda com poucos recursos para lidar com estados internos de desconforto, os jovens podem se voltar ao consumo de substâncias como drogas, álcool e nicotina. Tais substâncias quando usadas em excesso e em período prolongado podem ter um efeito contrário, e acabar por intensificar o estado interno negativo (ALDWIN, 2007). Tal alerta parece relevante à população investigada, visto que em contato anterior com a instituição de pesquisa como palestrante foi possível identificar a popularidade de drogas lícitas entre os jovens, assim como um elevado número de adolescentes que relataram fazer uso regular de nicotina.

O declínio do egocentrismo proporciona ao jovem maior capacidade de negociação interpessoal, o impulsionando a buscar o ambiente social. O meio social desempenha um papel importante na regulação do processo de *coping*, pois as pessoas com as quais o adolescente se relaciona oferecem sugestões de quais estratégias utilizar ou então, sugestões sobre a adequação da estratégia em uso. Na busca de suporte social, os adolescentes tendem a consultar mais seus pares do que adultos, e nem sempre essas sugestões são benéficas para a adaptação (ALDWIN, 2007), considerando ainda que os pares também estão desenvolvendo suas habilidades para lidar com problemas e fornecer bons conselhos e ajuda (ZIMMER-GEMBECK; SKINNER, 2008).

Em contato com o meio social, o jovem inicia também o desenvolvimento de relacionamentos amorosos. Gallaty e Zimmer-Gembeck (2008) verificaram que tais relacionamentos podem se constituir em fator de risco quando características negativas como ausência de respeito, ciúmes, abusos verbais e controle social ou emocional se fazem presentes. As autoras identificaram que adolescentes em relacionamentos desta natureza, psicologicamente maltratados por seus parceiros, são mais afetados por problemas emocionais e sociais do que aqueles que não o são.

Por conta da multiplicidade de estressores comuns a este período, entre as décadas de 1970 e 1980, pesquisadores salientaram a necessidade de se estudar o processo de *coping* em crianças e adolescentes (SKINNER; ZIMMER-GEMBECK, 2007). As investigações do processo de *coping* em adolescentes tem seguido o mesmo modelo de pesquisas na população adulta, tomando como foco o impacto de eventos maiores como, por exemplo, separação dos pais, graves condições de adoecimento, morte de pessoas próximas, e outras experiências traumáticas diversas. Porém apenas um pequeno percentual da população adolescente é confrontada com tais circunstâncias (GELHAAR et al., 2007).

Durante a adolescência, a maioria dos eventos estressores identificados são as dificuldades cotidianas, como os conflitos na escola, desentendimentos com os pais, brigas com pares (GELHAAR et al., 2007), dificuldades de relacionamento, pressões e expectativas da família em relação ao desempenho escolar. Além dos eventos atuais, as preocupações com o futuro como sucesso na escola e aspirações profissionais também fazem parte da vida diária e podem se constituir em fontes de estresse (FRYDENBERG, 2008).

Em jovens, o estresse cotidiano tem mostrado correlações mais significativas com o bem-estar subjetivo e saúde do que os eventos maiores (FOLKMAN et al., 1987). Dentre os eventos cotidianos, os estressores relatados com maior frequência pelos adolescentes se referem aos problemas interpessoais e às dificuldades escolares (ZIMMER-GEMBECK; SKINNER, 2008). Tais estressores se mostram como fator de risco para o aumento de dificuldades emocionais, cognitivas e comportamentais, entre elas distúrbios de ansiedade, problemas comportamentais, fracasso escolar e depressão (FRYDENBERG, 2008).

A exposição a eventos estressores influencia a saúde física e mental, mas por si só não determina uma condição de estresse. O maior impacto na saúde decorre das formas com que os adolescentes lidam com estes eventos (COMPAS et al., 2001). Estratégias que buscam resolução de problemas e avaliação positiva têm sido fortemente relacionadas a um nível menor de problemas emocionais, comportamentais e abuso de substâncias. Quando estratégias evitativas são empregadas com maior frequência, o oposto é encontrado (FRYDENBERG, 2008).

A literatura sobre *coping* na adolescência frequentemente tem indicado que as estratégias empregadas por adolescentes dependem significativamente da natureza do evento estressor, e que variáveis como idade e sexo exercem grande influência na escolha das estratégias (e. g., BAND; WEISZ, 1988; COMPAS et al., 2001; REPETTI; MCGRATH; ISHIKAWA, 1998). Em relação às variações quanto à idade, Frydenberg e Lewis (2000) verificaram que o repertório de estratégias é ampliado com o tempo. Frydenberg (2008) considera que as estratégias se modificam ao longo da adolescência por conta do desenvolvimento de habilidades e alterações sociais e comportamentais normais.

Em relação ao sexo, em geral pesquisas têm verificado que adolescentes do sexo feminino utilizam mais estratégias de suporte social, enquanto adolescentes do sexo masculino tendem a utilizar mais estratégias de recreação física como a prática de esportes e estratégias de relaxamento como ouvir música. Porém tais diferenças geralmente são notadas apenas em relação a estratégias específicas. Quando se compara estilos de *coping*, poucas diferenças são percebidas. Diversos autores tem argumentado que tais diferenças são evidenciadas por conta das diferenças nos tipos de eventos estressores com os quais cada sexo é confrontado (GELHAAR et al., 2007). Outros consideram que esta variação no uso de estratégias se dê por conta das influências do contexto sociocultural, que determina os papéis apropriados

a cada gênero (CÂMARA; CARLOTTO, 2007; DELL'AGLIO, 2003).

Buscando determinar se relacionamentos positivos com a família e professores apresentavam correlações com maior uso de estratégias de *coping* ativas e menos uso de estratégias evitativas quando adolescentes enfrentavam situações estressoras em casa e na escola, Zimmer-Gembeck e Locke (2007) verificaram que a família é o primeiro socializador de *coping*, e que ambientes familiares que promovem o sentimento de pertença e competência, influenciam a adaptação dos adolescentes no sentido de que estes mostraram buscar formas mais ativas para lidar com problemas. Foi verificado também que relações positivas com professores promovem uma atitude semelhante.

Além dos relacionamentos primários, que são fundamentais para o desenvolvimento de recursos para lidar de maneira positiva com as dificuldades, o relacionamento com os pares tem um importante papel no processo de adaptação, sendo este geralmente o reflexo dos padrões aprendidos na relação familiar. A interação da rede de relações molda o comportamento do jovem, e de maneira geral, quando o adolescente se sente aceito, a adaptação se torna mais fácil (RICHAUD DE MINZI, 2004).

Apesar dos inúmeros desafios que caracterizam a etapa da adolescência, um número crescente de evidências tem sugerido que a maioria dos adolescentes se mostram capazes de empregar efetivamente estratégias de *coping* para lidar com as dificuldades comuns a este período (SEIFFGE-KRENKE, 1995). Em geral, características como temperamento, otimismo, percepção de controle, coesão familiar, pais afetivos, presença de uma figura parental, flexibilidade e presença de suporte social são frequentemente descritas como preditores de *coping* efetivo em adolescentes (FRYDENBERG, 2008).

Desde que se iniciaram as pesquisas sobre *coping* em adolescentes, muito já se aprendeu acerca do processo de *coping* neste período. Porém o campo enfrenta vários desafios. Não existe ainda uma teoria global do desenvolvimento para o estudo do *coping* em crianças e adolescentes, e as várias classificações e instrumentos de *coping*, tornam difícil a integração dos achados das diversas investigações (SKINNER; ZIMMER-GEMBECK, 2007).

**3 OBJETIVOS**

---

### 3.1 OBJETIVO GERAL

Identificar as estratégias de *coping* utilizadas pelos adolescentes de uma instituição de qualificação sócio-profissional.

### 3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Caracterizar sociodemograficamente os adolescentes através das variáveis: sexo, idade, renda mensal familiar, situação de moradia, série escolar e pessoas com que divide a habitação.

Classificar as estratégias de *coping* utilizadas pela amostra através do Inventário de Estratégias de *Coping*;

Descrever a natureza dos estressores relatados pela amostra de estudo;

Identificar as relações entre os dados sociodemográficos e os oito tipos de estratégias de *coping*: confronto, afastamento, autocontrole, suporte social, aceitação de responsabilidade, fuga-esquiva, resolução de problemas, reavaliação positiva.

Verificar possíveis diferenças na utilização de estratégias de *coping* em eventos que ocorram na interação com pares e adultos.





#### 4.1 CARACTERIZAÇÃO DA PESQUISA

Estudo exploratório, descritivo e de corte transversal.

O estudo descritivo busca conhecer e interpretar a realidade sem nela interferir (CAMPOS, 2000). A pesquisa exploratória é orientada para a descoberta, não tendo a intenção de testar hipóteses específicas de pesquisa e busca desenvolver uma melhor compreensão a respeito do objeto investigado. No estudo de corte transversal os dados são coletados em um único ponto no tempo e sintetizados estatisticamente (MONEY et al., 2005)

#### 4.2 LOCAL DA PESQUISA

A instituição é uma entidade de natureza civil que não possui fins lucrativos, com personalidade jurídica de direito privado, sendo constituída na forma de associação nos termos da lei civil. É uma instituição declarada de Utilidade Pública Municipal, Estadual e Federal, mantida por seus associados, por doações e subsídios provenientes da Prefeitura Municipal de Campo Grande e da comunidade.

A instituição não realiza discriminação de sexo, raça, credo religioso e tendência política, possuindo autonomia administrativo-financeira, com sede e foro localizada na cidade de Campo Grande, capital do Estado de Mato Grosso do Sul, sendo regido pelo Estatuto e pela legislação pertinente em vigor, especialmente o Estatuto da Criança e do Adolescente.

O principal objetivo da instituição é de contribuir com a qualificação sócio-profissional do adolescente oriundo de família de baixa renda que reside em Campo Grande – MS, buscando a inserção deste jovem no mercado de trabalho, assim como auxiliar o seu desenvolvimento educacional. Em casos de extrema necessidade comprovada, a instituição ainda presta assistência à família do adolescente.

O processo seletivo para ingresso na instituição ocorre anualmente. Os requisitos básicos para participar do processo seletivo são: ter idade entre 14 anos e 6 meses a 15 anos e 6 meses; possuir renda mensal familiar de até três salários mínimos; e escolaridade a partir do 8º ano do Ensino Fundamental. Em média são 5.500 inscritos para concorrer a 1.200 vagas distribuídas entre as duas unidades da instituição. Os selecionados tem a oportunidade de ingressar em duas modalidades

de curso: anual e semestral. O curso semestral se difere por apresentar um conteúdo mais intensivo e ser dedicado a jovens com mais idade.

O horário de aula no turno matutino é de 07:10 às 10:50, enquanto no turno vespertino é das 13:10 às 16:50. São oferecidas as disciplinas: informática, português, inglês, matemática, educação física, filosofia, oficina de leitura, oficina de produção de textos, e preparação básica para a prestação de serviços que visa à formação técnica para o desempenho de funções básicas no cotidiano de uma empresa, como manuseio de equipamentos, arquivos, atendimento ao telefone, e atendimento ao público. Outra disciplina é a atividade de psicologia, de frequência semanal, onde através de dinâmicas, oficinas e vivências, são trabalhadas questões como sexualidade, relacionamento familiar, o ambiente organizacional, e habilidades sociais.

A cada seis meses acontece a semana de educação para o trabalho, onde são tratados os temas: ética e trabalho, combate a exploração sexual de crianças e adolescentes, segurança no trânsito, seminário de experiências (com ex-alunos), Direito do Trabalho, salário, décimo terceiro, o uso da internet nas relações de trabalho, e empregabilidade e tendências de mercado.

Outra atividade realizada com frequência semestral é a semana de educação para a saúde, onde profissionais convidados e voluntários ministram palestras sobre uso de álcool, drogas e tabaco, prevenção de doenças sexualmente transmissíveis, saúde do trabalhador, saúde bucal, transtornos alimentares, comunicação, o uso da voz, meio ambiente, e doação de sangue. Após concluir o curso da instituição, os jovens são encaminhados para exercer funções administrativas no setor público ou privado.

### 4.3 PARTICIPANTES

#### 4.3.1 Seleção dos participantes e descrição da amostra

Participaram da pesquisa 76 adolescentes dos sexos masculino e feminino, e com idade predominante de 15 anos (apenas um com 17 anos) matriculados no curso anual da instituição, sendo a amostra por conveniência. A pesquisa teve um erro amostral de no máximo 9,83%, considerando o tamanho da população de 320 indivíduos. No momento da coleta de dados a instituição atendia a um total de 458

adolescentes, sendo 320 do curso anual e 138 do curso semestral.

#### 4.3.2 Critérios de inclusão

Adolescentes que participam do curso anual;

Ter aceitado participar da pesquisa e apresentar assinatura dos responsáveis no Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

#### 4.3.3 Critérios de exclusão

Adolescentes vinculados à instituição que já estão inseridos no mercado de trabalho;

Jovens que participam do curso semestral;

Adolescentes que não tenham estes ou seus responsáveis aceitado participar voluntariamente da pesquisa;

### 4.4 INSTRUMENTOS DE PESQUISA

#### 4.4.1 Questionário Sociodemográfico

Questionário construído especialmente para o presente estudo composto por sete itens com o objetivo de caracterizar sociodemograficamente a população através das variáveis: sexo, idade, renda mensal familiar, quantidade de pessoas com quem divide a habitação, situação de moradia, série escolar, e grau de parentesco com as pessoas com quem divide a residência.

#### 4.4.2 Inventário de Estratégias de *Coping*

O Inventário de Estratégias de *Coping* de Lazarus e Folkman (ANEXO 1) é um instrumento que se destina a identificar estratégias de *coping* em situações particulares, concebendo este como um processo e não como estilos ou traços de personalidade (SAVÓIA, 1999). Os eventos estressantes específicos geralmente são relatados verbalmente em entrevista ou então por escrito, previamente ao preenchimento do instrumento. Para a presente investigação foi escolhido o relato

escrito.

O instrumento é composto por 66 itens que descrevem pensamentos e ações que indivíduos utilizam para lidar com demandas internas ou externas. Em cada item são apresentadas quatro opções devendo uma ser indicada em relação à frequência ou intensidade com que o indivíduo agiu em relação ao evento descrito. As opções são: 0 – não usei esta estratégia; 1 – usei um pouco; 2 – usei bastante; 3 - usei em grande quantidade.

Os itens do inventário são agrupados em 8 fatores: confronto, afastamento, autocontrole, suporte social, aceitação de responsabilidade, fuga-esquiva, resolução de problemas, e reavaliação positiva. O quadro 1 relaciona os itens aos fatores e o quadro 2 apresenta a descrição de cada um dos fatores.

**Quadro 1: Fatores e itens do Inventário de Estratégias de *Coping* de Lazarus e Folkman.**

<b>Fatores</b>	<b>Itens</b>
Confronto	6, 7, 17, 28, 34, 46
Afastamento	12, 13, 15, 21, 41, 44
Autocontrole	10, 14, 35, 43, 54, 62, 63
Suporte social	8, 18, 22, 31, 42, 45
Aceitação de responsabilidade	9, 25, 29, 51
Fuga-esquiva	11, 16, 33, 40, 47, 50, 58, 59
Resolução de problemas	1, 26, 39, 48, 49, 52
Reavaliação positiva	20, 23, 30, 36, 38, 56, 60

Fonte: Savoia, Santana e Meijas (1996).

**Quadro 2: Descrição dos fatores do Inventário de Estratégias de *Coping* de Lazarus e Folkman.**

<b>Fatores</b>	<b>Descrição</b>
Confronto	Esforços agressivos para alterar a situação e sugere certo grau de hostilidade e de assumir riscos.
Afastamento	Esforços cognitivos de desprendimento e minimização do significado da situação.
Autocontrole	Esforços para regular os próprios sentimentos e ações.
Suporte social	Esforços para buscar suporte informacional, suporte tangível, e suporte emocional.
Aceitação de responsabilidade	Reconhecimento do próprio papel no problema e concomitante tentativa de resolvê-lo.
Fuga-esquiva	Esforços cognitivos e comportamentais para escapar ou evitar o problema (difere do fator afastamento, que sugere desprendimento).
Resolução de problemas	Esforços focados no problema deliberadamente empregados com o objetivo de alterar a situação, associado a uma abordagem analítica para resolver o problema.
Reavaliação positiva	Esforços de criação de significados positivos, focando o crescimento pessoal. Inclui também uma dimensão religiosa.

Fonte: Adaptado de Folkman e Lazarus (1988).

Este inventário, derivado do modelo transacional de estresse de Lazarus e Folkman (1984) é o instrumento que tem sido mais amplamente utilizado em pesquisas sobre estresse e *coping* (SAWANG et al, 2010). A adaptação e validação para a população brasileira foi realizada por Savóia, Santana, e Meijas (1996), onde o instrumento se mostrou preciso e válido segundo os critérios comumente aceitos em psicologia. Em meio a ampla variedade de instrumentos de *coping* disponíveis, como identificados por Skinner et al. (2003), a escolha deste inventário se deu por conta de sua popularidade e confiabilidade.

#### 4.5 PROCEDIMENTOS

Houve um contato inicial com a instituição de pesquisa com intuito de verificar a viabilidade do estudo, onde foram expostos os objetivos da investigação, seus instrumentos e procedimentos. O projeto de pesquisa foi apresentado ao Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da UCDB e aprovado em 02 de Maio de 2011 (ANEXO 2). A execução da pesquisa foi autorizada pela Instituição através da Carta de Autorização (APÊNDICE 3).

O convite a participar da pesquisa foi feito para todos os alunos da turma anual. Reunidos no anfiteatro da instituição de pesquisa. Foram apresentados os objetivos e procedimentos da pesquisa, e houve a entrega do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (APÊNDICE 2), para que os interessados em participar levassem para casa e obtivessem assinatura dos responsáveis. Para a coleta de dados, todos os alunos que trouxeram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido assinado pelos seus responsáveis foram reunidos no anfiteatro da instituição de pesquisa, onde houve a entrega dos instrumentos e instruções de preenchimento. Os instrumentos foram preenchidos em um tempo médio de 20 minutos.

#### 4.6 ASPECTOS ÉTICOS DA PESQUISA

Para a viabilização da pesquisa foram seguidas todas as recomendações estabelecidas na Resolução nº 196, de 10 de Outubro de 1996, do Conselho Nacional de Saúde (CNS) (BRASIL, 1996).

Todos os participantes foram esclarecidos a respeito do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), assim como sobre: os objetivos da pesquisa; o direito de desistir de participar em qualquer momento sem nenhum prejuízo; a utilização das informações em trabalhos científicos mantidas em sigilo; e informações para contato com o pesquisador e o Comitê de Ética em Pesquisa da UCDB.

#### 4.7 ANÁLISE ESTATÍSTICA

O teste t-student de diferenças de médias foi utilizado para verificação de

possíveis diferenças no uso de estratégias de coping em relação às variáveis sociodemográficas dicotômicas (duas categorias). Já a Análise de Variância (ANOVA) foi utilizada para verificar a utilização de estratégias de coping em relação a variáveis múltiplas (com três ou mais categorias). Ambos os testes foram aplicados com 95% de confiabilidade.



## **5 RESULTADOS E DISCUSSÃO**

---

## 5.1 CARACTERIZAÇÃO DA AMOSTRA

A amostra foi composta predominantemente por indivíduos do sexo feminino (75,00%), e renda mensal familiar superior a um salário mínimo (73,97%). A maioria dos participantes residia em casa própria (75,00%) com até quatro pessoas compartilhando a mesma (63,51%), e cursavam o ensino médio (76,71%). Quanto à presença do pai, os percentuais foram bastante próximos entre os adolescentes que residem com o pai (48,68%) e aqueles que não residem com este (51,32%).

**Tabela 1: Dados sociodemográficos dos adolescentes amostrados.**

Variáveis		Quantidade	Percentual
Sexo	Feminino	57	75,00%
	Masculino	19	25,00%
Renda	Até 1 s.m	19	26,03%
	Mais de 1 s.m	54	73,97%
Moradores	Até 4	47	63,51%
	Mais que 4	27	36,49%
Tipo de Moradia	Própria	57	75,00%
	Outros	19	25,00%
Escolaridade	Fundamental	17	23,29%
	Médio	56	76,71%
Pai	Não	39	51,32%
	Sim	37	48,68%

Apesar do maior percentual de renda mensal familiar encontrado ter sido superior a um salário mínimo (73,97%), todos os adolescentes atendidos pela instituição são provenientes de famílias de baixa renda. Santos (2007) considera que as populações brasileiras das classes de menor poder aquisitivo têm seus direitos constantemente violados, sendo submetidas a diversas formas de violência, tendo como maior incidência nos jovens a sua utilização como mão de obra no tráfico de entorpecentes, violência doméstica, exploração e abuso sexual, e falta de acesso às condições elementares de sobrevivência, como saúde, moradia e educação.

Contudo apesar das adversidades comuns à classe social em que a amostra se encontra (abaixo de três salários mínimos), esta representa uma parcela diferenciada desta população, por se tratar de jovens que estão em uma instituição que visa à inserção adequada no mercado de trabalho, proporcionando melhores oportunidades de ascensão socioeconômica.

## 5.2 ESTRATÉGIAS DE COPING

Através do teste de *Análise de Variância (ANOVA)* foi detectada diferença significativa entre as estratégias de *coping* empregadas pela amostra ( $P < 0,001$ ).

**Tabela 2: Utilização das estratégias de *coping*.**

<b>Estratégias</b>	<b>N</b>	<b>Média</b>	<b>D.P.</b>	<b>F</b>	<b>P</b>
Confronto	76	1,15	0,55	4,67	< 0,001
Afastamento	76	1,10	0,52		
Autocontrole	76	1,39	0,51		
Suporte Social	76	1,41	0,71		
Aceitação de Responsabilidade	76	1,17	0,66		
Fuga-esquiva	76	0,97	0,62		
Resolução de Problemas	76	1,23	0,67		
Reavaliação Positiva	76	1,34	0,63		

As principais estratégias adotadas pelos adolescentes foram suporte social, autocontrole e reavaliação positiva. As estratégias menos utilizadas foram fuga-esquiva, afastamento e confronto. Tais resultados corroboram os achados de Serafini e Bandeira (2011) que apontaram a estratégia suporte social como sendo a mais utilizada por jovens com idade entre 14 e 23 anos. Contudo Kristensen, Schaefer, e Busnello (2010) verificaram que adolescentes com idade entre 12 e 18 anos utilizaram com maior frequência as estratégias autocontrole, afastamento e fuga-esquiva. Já Artech e Bandeira (2006) encontraram a estratégia de modificação do estressor como sendo a mais utilizada entre adolescentes na faixa etária de 14 a 17 anos de idade.

A estratégia mais utilizada pela amostra deste estudo, suporte social, pode ser considerada tanto como sendo de foco no problema, como de foco na emoção, pois o indivíduo pode buscar o meio social com intenção de reduzir o estado interno de desconforto, ou então pedir auxílio para alterar a situação de estresse. Considerando que a maioria dos eventos estressores relatados nesta investigação foram os conflitos com pais, parece mais provável que os adolescentes amostrados busquem o meio social enquanto estratégia focada na emoção. Zimmer-Gembeck e Skinner (2009) afirmam que o declínio na busca por suporte de adultos é acompanhado pelo aumento na busca por suporte de pares, e que os adolescentes com maior frequência se voltam a estes com o objetivo de suporte emocional. As

autoras salientam a versatilidade desta estratégia, que é utilizada para uma ampla variedade de propostas, para lidar com vários tipos de estressores, e sendo a mais utilizada por crianças e adolescentes.

Em relação à busca de suporte social, Aldwin (2007) também aponta que em geral os pares são os mais consultados. Os pares, por enfrentar eventos similares e os perceber de maneira parecida, podem ser importantes tanto em auxiliar o jovem a atuar sobre a fonte de estresse, como regular seu estado emocional. Porém quando o adolescente busca o par com o objetivo de ruminação, este suporte provavelmente não irá ter repercussões benéficas ao seu ajustamento.

A utilização da estratégia suporte social pode ter sido acentuada em decorrência das atividades semanais realizadas com psicólogas da instituição. Nestes encontros são trabalhados alguns aspectos como as habilidades sociais. A partir da realização destas atividades, os adolescentes relatam maior desenvoltura e facilidade em se comunicar com familiares e colegas. Ainda que não se trabalhe especificamente com o objetivo de desenvolver habilidades de *coping*, essas intervenções parecem incentivar a busca por suporte social.

Durante a etapa de convite à pesquisa, todos os 320 adolescentes participantes do curso da instituição foram convidados e informados sobre o caráter voluntário de sua participação. Porém apenas 76 efetivamente participaram. Este fato pode ter contribuído para a menor ocorrência da estratégia de fuga-esquiva, visto que o próprio processo de convite à participação já se constitui, de certa forma, em uma seleção, pois sendo a participação voluntária, é de se esperar que jovens que de maneira geral se mostram mais passivos em relação aos eventos de seu meio, tenham percebido a investigação da mesma forma e terem feito a escolha de não participar, de evitar esta situação.

Em relação às estratégias de *coping* utilizadas por mulheres e homens não houve nenhuma diferença significativa. Estes resultados se aproximam dos encontrados por Dell'Aglio e Hutz (2002), em que também não foi verificada diferença significativa entre os sexos.

**Tabela 3: Utilização das estratégias de *coping* entre os sexos.**

<b>Estratégias</b>	<b>Variável</b>	<b>N</b>	<b>Média</b>	<b>D.P.</b>	<b>t</b>	<b>P</b>
Confronto	Feminino	57	1,16	0,59	0,09	0,76
	Masculino	19	1,12	0,42		
Afastamento	Feminino	57	1,06	0,53	1,36	0,25
	Masculino	19	1,22	0,48		
Autocontrole	Feminino	57	1,35	0,51	1,26	0,27
	Masculino	19	1,50	0,48		
Suporte Social	Feminino	57	1,40	0,76	0,02	0,88
	Masculino	19	1,43	0,55		
Aceitação de Responsabilidade	Feminino	57	1,16	0,67	0,02	0,89
	Masculino	19	1,18	0,63		
Fuga-esquiva	Feminino	57	1,00	0,64	0,50	0,48
	Masculino	19	0,88	0,54		
Resolução de Problemas	Feminino	57	1,16	0,69	2,39	0,13
	Masculino	19	1,43	0,56		
Reavaliação Positiva	Feminino	57	1,32	0,68	0,22	0,64
	Masculino	19	1,40	0,47		

Apesar deste estudo não ter encontrado diferenças no uso de estratégias entre os sexos, resultados contrastantes foram encontrados por Kristensen, Schaefer, e Busnello (2010) e Serafini e Bandeira (2011), onde a estratégia afastamento foi utilizada com maior frequência por indivíduos do sexo masculino. Piko (2001) verificou que adolescentes do sexo feminino utilizaram com maior frequência estratégias passivas e de busca de apoio. Câmara e Carlotto (2007) encontraram predomínio da estratégia redução da tensão entre indivíduos do sexo feminino e distração física entre indivíduos do sexo masculino. Diversas pesquisas sobre *coping* na adolescência também encontraram diferenças significativas entre os sexos (e. g., ARTECHE; BANDEIRA, 2006; ARTECHE; BANDEIRA; GOZALVO, 2003; CIAIRANO et al., 2009; ESCHENBECK; KOHLMANN; LOHAUS, 2007; GELHAAR et al., 2007; LI; DIGIUSEPPE; FROH, 2006).

A maioria das pesquisas sobre *coping* na adolescência têm encontrado diferenças significativas entre os sexos e em diversos fatores. Estas diferenças são esperadas principalmente em decorrência dos papéis socialmente estabelecidos a cada gênero. Se expressar emocionalmente e expor suas dificuldades são estratégias culturalmente mais designadas ao gênero feminino do que masculino, por exemplo. Os dados obtidos nesta pesquisa podem indicar que, para esta amostra, apesar da determinação dos papéis de gênero, existe flexibilidade na

escolha das estratégias adotadas. Outra possibilidade para não terem sido encontradas diferenças entre os sexos pode ter sido também em decorrência do reduzido número de participantes do sexo masculino, que representou apenas 25%.

O total de alunos da unidade investigada era de 458, sendo 251 (54,80%) do sexo feminino, e 207 (45,19%) do sexo masculino. Embora não tenham sido encontradas diferenças no uso de estratégias de *coping* entre os sexos, é possível que a baixa participação de indivíduos do sexo masculino (25%) possa estar revelando, até certo ponto, padrões evitativos de *coping* por parte desta população.

Buscando detectar possíveis diferenças no uso de estratégias de *coping* entre as demais características dos adolescentes, foi realizado o teste *t-student* de diferenças de médias entre as variáveis do questionário sociodemográfico e do Inventário de Estratégias de *Coping* de Lazarus e Folkman. Os resultados dos valores de P dos testes referentes a cada item são apresentados a seguir nas tabelas 4 (renda), 5 (quantidade de moradores), 6 (tipo de moradia), 7 (escolaridade), e tabela 8 (presença do pai).

**Tabela 4: Utilização das estratégias de *coping* em relação à renda.**

<b>Estratégia</b>	<b>Renda</b>	<b>N</b>	<b>Média</b>	<b>D.P.</b>	<b>t</b>	<b>P</b>
Confronto	Até 1 s.m	19	1,05	0,53	0,78	0,38
	Mais de 1 s.m	54	1,18	0,57		
Afastamento	Até 1 s.m	19	1,25	0,56	1,68	0,20
	Mais de 1 s.m	54	1,08	0,49		
Autocontrole	Até 1 s.m	19	1,46	0,52	0,70	0,41
	Mais de 1 s.m	54	1,35	0,51		
Suporte Social	Até 1 s.m	19	1,39	0,71	0,00	0,96
	Mais de 1 s.m	54	1,41	0,73		
Aceitação de Responsabilidade	Até 1 s.m	19	1,17	0,59	0,02	0,88
	Mais de 1 s.m	54	1,15	0,65		
Fuga-esquiva	Até 1 s.m	19	0,96	0,57	0,02	0,88
	Mais de 1 s.m	54	0,99	0,65		
Resolução de Problemas	Até 1 s.m	19	1,35	0,72	1,06	0,31
	Mais de 1 s.m	54	1,17	0,63		
Reavaliação Positiva	Até 1 s.m	19	1,41	0,59	0,53	0,47
	Mais de 1 s.m	54	1,29	0,65		

**Tabela 5: Utilização das estratégias de *coping* em relação à quantidade de moradores.**

<b>Moradores</b>	<b>Moradores</b>	<b>N</b>	<b>Média</b>	<b>D.P.</b>	<b>t</b>	<b>P</b>
Confronto	Até 4	47	1,12	0,54	0,41	0,52
	Mais que 4	27	1,21	0,59		
Afastamento	Até 4	47	1,10	0,52	0,00	0,97
	Mais que 4	27	1,11	0,51		
Autocontrole	Até 4	47	1,35	0,52	0,32	0,57
	Mais que 4	27	1,42	0,50		
Suporte Social	Até 4	47	1,37	0,74	0,27	0,60
	Mais que 4	27	1,46	0,68		
Aceitação de Responsabilidade	Até 4	47	1,13	0,67	0,20	0,66
	Mais que 4	27	1,20	0,61		
Fuga-esquiva	Até 4	47	1,00	0,67	0,41	0,53
	Mais que 4	27	0,91	0,53		
Resolução de Problemas	Até 4	47	1,14	0,64	2,39	0,13
	Mais que 4	27	1,39	0,70		
Reavaliação Positiva	Até 4	47	1,25	0,62	2,20	0,14
	Mais que 4	27	1,47	0,65		

**Tabela 6: Utilização das estratégias de *coping* em relação ao tipo de moradia.**

	<b>Tipo Moradia</b>	<b>N</b>	<b>Média</b>	<b>D.P.</b>	<b>t</b>	<b>P</b>
Confronto	Outras	19	1,22	0,60	0,33	0,57
	Própria	57	1,13	0,54		
Afastamento	Outras	19	1,15	0,46	0,18	0,67
	Própria	57	1,09	0,54		
Autocontrole	Outras	19	1,23	0,47	2,41	0,13
	Própria	57	1,44	0,51		
Suporte Social	Outras	19	1,53	0,68	0,80	0,38
	Própria	57	1,37	0,72		
Aceitação de Responsabilidade	Outras	19	1,17	0,60	0,00	0,97
	Própria	57	1,16	0,68		
Fuga-esquiva	Outras	19	1,01	0,60	0,09	0,77
	Própria	57	0,96	0,63		
Resolução de Problemas	Outras	19	1,26	0,74	0,04	0,84
	Própria	57	1,22	0,65		
Reavaliação Positiva	Outras	19	1,44	0,61	0,69	0,41
	Própria	57	1,30	0,64		

**Tabela 7: Utilização das estratégias de *coping* em relação à escolaridade.**

	Escolaridade	N	Média	D.P.	t	P
Confronto	Fundamental	17	1,24	0,51	0,89	0,35
	Médio	56	1,10	0,56		
Afastamento	Fundamental	17	1,07	0,49	0,13	0,72
	Médio	56	1,12	0,51		
Autocontrolo	Fundamental	17	1,40	0,57	0,03	0,87
	Médio	56	1,37	0,50		
Suporte Social	Fundamental	17	1,41	0,65	0,02	0,89
	Médio	56	1,38	0,74		
Aceitação de Responsabilidade	Fundamental	17	1,22	0,68	0,26	0,61
	Médio	56	1,13	0,66		
Fuga-esquiva	Fundamental	17	1,18	0,59	3,38	0,07
	Médio	56	0,88	0,60		
Resolução de Problemas	Fundamental	17	1,25	0,54	0,08	0,78
	Médio	56	1,20	0,70		
Reavaliação Positiva	Fundamental	17	1,51	0,61	2,22	0,14
	Médio	56	1,26	0,63		

**Tabela 8: Utilização das estratégias de *coping* em relação à presença do pai.**

	Pai	N	Média	D.P.	t	P
Confronto	Não	39	1,22	0,63	1,07	0,31
	Sim	37	1,09	0,46		
Afastamento	Não	39	1,08	0,59	0,17	0,68
	Sim	37	1,13	0,44		
Autocontrolo	Não	39	1,39	0,49	0,02	0,90
	Sim	37	1,38	0,53		
Suporte Social	Não	39	1,48	0,71	0,78	0,38
	Sim	37	1,33	0,72		
Aceitação de Responsabilidade	Não	39	1,18	0,73	0,03	0,85
	Sim	37	1,15	0,58		
Fuga-esquiva	Não	39	1,04	0,60	1,07	0,31
	Sim	37	0,89	0,64		
Resolução de Problemas	Não	39	1,27	0,69	0,38	0,54
	Sim	37	1,18	0,65		
Reavaliação Positiva	Não	39	1,34	0,62	0,00	0,97
	Sim	37	1,34	0,65		

A literatura considera que os moderadores contextuais influenciam o uso de estratégias em diversos níveis e que o que pode ser considerado como adaptativo em alguns contextos, pode não o ser em outros (ZIMMER-GEMBECK e SKINNER, 2008). Neste estudo não foi detectada nenhuma diferença entre as variáveis



sociodemográficas. Este fato pode ter ocorrido por se tratar de uma amostra que apresenta homogenia em relação às variáveis estudadas, como apresentado na tabela 1.

### 5.3 EVENTOS ESTRESSANTES E ESTRATÉGIAS DE *COPING*

Previamente ao preenchimento do Inventário de Estratégias de *Coping* de Lazarus e Folkman, os participantes foram solicitados a relatar, por escrito, uma situação estressante pela qual tenham passado, para então, preencherem os itens da escala de maneira a informar em qual intensidade agiram de forma similar as descritas nas frases de cada item. Foram relatadas situações bastante variadas, desde aborrecimentos diários como disputas com irmãos e dificuldades em realizar uma tarefa, a eventos de maior impacto, como morte de um dos pais e condições econômicas extremas.

As situações estressantes relatadas pela população foram agrupadas em seis categorias temáticas. Os eventos que não apresentavam semelhança com nenhum outro relatado foram incluídos na categoria outros. Este procedimento revelou que os eventos estressores relatados com maior frequência pela população foram, em ordem decrescente, os conflitos com pais (37%), pares (amigos, colegas de escola) (17%), irmãos (12%), problemas na escola (10%), e morte ou separação de familiares (8%). A categoria outros representou 16% do total. Estes resultados se assemelham com os achados de Serafini e Bandeira (2011), onde os eventos relatados com maior frequência foram situações relacionadas a problemas com pais, familiares, amigos ou parceiros (as) (31,87%). Poletto, Koller, e Dell'Aglio (2009) também encontraram resultados semelhantes, onde o evento citado com maior frequência foi “ter que obedecer às ordens de seus pais” (85,2%), seguindo de “discutir com amigos(as)” (72,9%).

Antes de descrever o evento estressor, os adolescentes foram informados ainda que poderiam relatar situações passadas que envolvessem preocupações com alguma questão futura. Contudo não houve nenhum relatado de estressores envolvendo o futuro, como preocupações em concluir uma série escolar, por exemplo. Isto pode indicar que, os adolescentes amostrados, estão mais envolvidos com questões imediatas, ou então que estão sendo capazes de aplicar efetivamente estratégias de *coping* para lidar com questões futuras e desta maneira, estas não

são percebidas como fontes significativas de estresse e portanto não foram relatadas. Contudo a preocupação somente com questões imediatas pode ter implicações futuras negativas, e se constituir em risco ao adolescente, o colocando em contato com estressores para os quais pode não estar preparado, como poderia ser a questão da indecisão profissional atual e a futura insatisfação ocupacional.

Antoniuzzi, Souza, e Hutz (2009), Compas et al. (2001), Dell'Aglio (2003), e Zimmer-Gembeck e Skinner (2008) apontam que durante a infância e adolescência, o tipo de interação ocorrida em um evento estressor é importante preditor na escolha da estratégia de adotada. Buscando verificar tal afirmação, os eventos estressores relatados pela amostra foram agrupados em categorias. A classificação considerou as pessoas envolvidas na situação, o que resultou nas categorias adultos, pares, e outro. O quadro 2 apresenta as categorias de eventos estressores e a descrição de cada uma.

**Quadro 3: Categorias de eventos estressores.**

<b>Categorias</b>	<b>Descrição</b>
Adultos	Eventos envolvendo pais, avós, professores, e outros adultos.
Pares	Eventos ocorridos na interação com colegas, amigos, irmãos e outros adolescentes.
Outro	Eventos que envolviam apenas o adolescente, ou pares e adultos ao mesmo tempo, e situações onde a participação ou não de outras pessoas não foram claramente relatadas.

A partir desta classificação, buscando verificar o uso diferencial de estratégias de *coping* em eventos ocorridos na interação com diferentes pessoas, foram realizadas análises envolvendo as categorias adultos e pares e os oito fatores do Inventário de Estratégias de *Coping* de Lazarus e Folkman. Os resultados são apresentados na tabela 9.

**Tabela 9: Utilização de estratégias de *coping* em diferentes eventos.**

		N	Média	D.P.	<i>t</i>	P
Confronto	Adultos	36	1,19	0,60	0,63	0,43
	Pares	25	1,07	0,57		
Afastamento	Adultos	36	1,05	0,47	1,40	0,24
	Pares	25	1,21	0,61		
Autocontrole	Adultos	36	1,40	0,47	0,09	0,77
	Pares	25	1,44	0,55		
Suporte Social	Adultos	36	1,45	0,71	0,01	0,93
	Pares	25	1,43	0,79		
Aceitação de Responsabilidade	Adultos	36	1,21	0,79	0,22	0,64
	Pares	25	1,12	0,51		
Fuga-esquiva	Adultos	36	1,13	0,67	6,30	0,02
	Pares	25	0,72	0,56		
Resolução de Problemas	Adultos	36	1,18	0,74	0,18	0,67
	Pares	25	1,26	0,64		
Reavaliação Positiva	Adultos	36	1,38	0,75	0,17	0,68
	Pares	25	1,31	0,52		

Os resultados revelaram diferença significativa apenas no uso da estratégia fuga-esquiva ( $P= 0,02$ ), sendo mais utilizada em eventos envolvendo adultos. Estes resultados não corroboram as amplas diferenças encontradas por Dell'Aglio e Hutz (2002), onde nos eventos com adultos, foram mais frequentes as estratégias de aceitação, expressão emocional, e evitação, enquanto que com pares a ação agressiva e apoio social foram mais utilizadas.

Nos eventos estressores relatados que envolviam adultos, é possível que se tratem de situações que estejam fora do controle do adolescente. A percepção de controlabilidade do evento estressor, seja objetiva ou subjetiva, influencia a avaliação e a escolha das estratégias de *coping*. Skinner e Zimmer-Gembeck (2011) consideram ser mais comum que quando as pessoas encaram os eventos estressores como controláveis, estas agem de forma mais ativa, os percebendo mais como desafios do que como ameaças, e empregando uma variedade de estratégias de *coping*. De forma oposta, os eventos relatados que envolviam adultos, poderiam se tratar de questões percebidas pelos adolescentes como estando fora de seu controle, resultando em um maior uso da estratégia fuga-esquiva.

## **6 CONCLUSÕES E CONSIDERAÇÕES FINAIS**

---

Não somente os eventos estressores, mas principalmente as estratégias de *coping* adotadas têm um impacto significativo na saúde e ajustamento do adolescente. Neste contexto, o objetivo deste estudo foi identificar as estratégias de *coping* utilizadas por adolescentes, assim como os eventos que são percebidos por estes como estressantes.

Os resultados revelaram que os adolescentes, ao enfrentar situações difíceis, em geral buscam apoio social. O meio social pode ser útil na adaptação do jovem, pois funciona como regulador do processo de *coping*, auxiliando o adolescente a escolher a estratégia mais adequada a cada situação. Uma das limitações deste estudo foi não verificar a quem os adolescentes recorrem com maior frequência, se pares ou adultos. Os pares podem auxiliar o jovem em suas dificuldades que muitas vezes se assemelham a questões com as quais eles mesmos estão lidando. Porém nem sempre esta ajuda é benéfica, visto que estes também estão desenvolvendo suas habilidades para lidar com desafios. Os adultos podem oferecer ajuda, mas também pode ser um desafio para estes adequar seu suporte às necessidades específicas da adolescência.

A estratégia fuga-esquiva foi a menos utilizada pela amostra. Isto pode ser percebido como um indicativo de adaptação, visto que estratégias evitativas têm sido relacionadas a um maior nível de problemas emocionais e comportamentais. Contudo, a mesma estratégia foi a mais utilizada em eventos envolvendo adultos, e as situações mais relatadas por estes foram os conflitos com pais. Estes resultados parecem apontar para uma dificuldade de negociação com adultos, não restando outra opção aos jovens senão evitar, cognitiva ou comportamentalmente, a situação estressante.

De maneira geral, a amostra parece mostrar sinais de *coping* eficientes ao seu contexto. Considerando a grande concorrência para a inserção no mercado de trabalho vivenciada por jovens de classes econômicas brasileiras menos favorecidas, assim como a própria concorrência da instituição de qualificação à qual a amostra pertence, recorrer com menor frequência a estratégias passivas, se esforçar para regular as próprias emoções e buscar extrair algo positivo de experiências negativas parece se tornar adaptativo.

Um levantamento de publicações brasileiras pode revelar que ainda são escassos os estudos sobre o processo de *coping* durante a adolescência. Considerando que estudos interculturais têm encontrado tanto variações quanto

similaridades no *coping* de adolescentes, novos estudos que investiguem o *coping*, assim como os estressores com os quais os adolescentes brasileiros são confrontados, parecem se tornar necessários.

Na literatura sobre o *coping* é possível identificar que, em geral, estratégias aproximativas são relacionadas a melhores níveis de ajustamento. Porém as evidências atuais não sustentam que determinadas estratégias são invariavelmente mais adaptativas do que outras. O que parece ser mais adaptativo é que o indivíduo tenha um amplo repertório de estratégias e capacidade avaliativa para lançar mão da mais adequada ao contexto específico da situação atual.

Estudos correlacionais, que buscam avaliar o impacto das estratégias de *coping* em variáveis como bem-estar subjetivo, por exemplo, têm sido bastante comuns. Mais recentemente pesquisadores têm se voltado à investigação do desenvolvimento normal do *coping*. Apesar deste não ter sido o objetivo desta investigação, os dados aqui apresentados podem se tornar importantes para pesquisas que investiguem como o *coping* se modifica ao longo do desenvolvimento, por se tratar de uma amostra quase que exclusivamente composta por adolescentes com 15 anos de idade.

Os dados obtidos através desta pesquisa podem também colaborar com programas preventivos que visem auxiliar jovens a lidar de maneira construtiva com dificuldades. Em um momento em que a necessidade de autonomia se faz presente, é importante proporcionar ao adolescente a possibilidade de refletir sobre suas estratégias e desenvolver a capacidade de adequar sua resposta ao contexto específico da situação. Trabalhar o *coping* em adolescentes significa reduzir seu risco aos estressores potenciais deste período e os tornar mais aptos a enfrentar desafios.

## REFERÊNCIAS

---

ALDWIN, C. M. *Stress, Coping and development: an integrative perspective*. 2. ed. New York: The Guilford Press, 2007.

ANTONIAZZI, A. S.; DELL'AGLIO, D. D.; BANDEIRA, D. R. O conceito de coping: uma revisão teórica. *Estudos de Psicologia (Natal)*, Natal, v. 3, n. 2, p. 273-294, dez. 1998. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-294X1998000200006&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-294X1998000200006&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em: 29 mai. 2010.

ANTONIAZZI, A. S.; SOUZA, L. K.; HUTZ, C. S. Coping em situações específicas, bem-estar subjetivo e auto-estima em adolescentes. *Gerais: Revista Interinstitucional de Psicologia*, São João del-Rei, v. 2, n. 1, p. 34-42, 2009.

ARTECHE, A. X.; BANDEIRA, D. R. Adolescentes trabalhadores: estratégias de coping e concepções acerca de sua situação laboral. *Interação em Psicologia*, Curitiba, v. 10, n. 1, p. 31-42, jan. 2006.

ARTECHE, A. X.; BANDEIRA, D. R.; GOZALVO, I. S. Projetos sociais profissionalizantes: repercussões nas estratégias de coping e no bem-estar subjetivo de participantes adolescentes. *Revista de Psicologia da Universidade do Contestado*, Concórdia, v.1, n. 1, p. 5-14, 2003.

BAND, E. B. WEISZ, J. R. How to feel better when it feels bad: children's perspectives on coping with everyday stress. *Developmental Psychology*, Ann Arbor, v. 24, n. 2, p. 247-253, 1988.

BERESFORD, B. A. Resources and strategies: how parents cope with the care of a disabled child. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, London, v. 35, n. 1, p. 171-209, 1994.

BRASIL. Conselho Nacional de Saúde. Resolução no 196, de 10 de Outubro de 1996. Aprova as diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos. *Diário Oficial da República Federativa do Brasil*. Brasília, 16 out. 1996.

\_\_\_\_\_. Lei no 8.069, de 13 de Julho de 1990. Dispõe sobre o Estatuto da Criança e do Adolescente e dá outras providências. *Diário Oficial da República Federativa do Brasil*. Brasília, 13 jul. 1990.

CÂMARA, S. G.; CARLOTTO, M. S. Coping e gênero em adolescentes. *Psicologia em Estudo*, Maringá, v. 12, n. 1, p.87-93, jan./abr. 2007.



CAMPOS, L. F. L. *Métodos e técnicas de pesquisa em psicologia*. Campinas: Editora Alínea, 2000.

CIAIRANO, S.; MENNA, P.; MOLINAR, R.; SESTITO, L. A. The relationships between perceived stress for the future and coping strategies in times of social uncertainty: a study of Italian adolescents. *African Journal of Psychology and Counseling*, Nairobi, v. 1, n. 1, p. 05–18, mar. 2009.

COMPAS, B. E.; CONNOR, J.; OSOWIECKI, D.; WELCH, A. Effortful and involuntary responses to stress: implications for coping with chronic stress. In: GOTTLIEB, B. H. (Ed.). *Coping with chronic stress*. New York: Plenum, p. 105–30. 1997.

COMPAS, B. E.; CONNOR-SMITH, J. K.; SALTZMAN, H.; THOMSEN, A. H.; WADSWORTH, M. E. Coping with stress during childhood and adolescence: problems, progress, and potential in theory and research. *Psychological Bulletin*, Berkeley, v. 127, n. 1, p. 87-127, jan. 2001.

CONTI, M. A.; FRUTUOSO, M. F. P.; GAMBARDELLA, A. M. D.. Excesso de peso e insatisfação corporal em adolescentes. *Revista de Nutrição*, Campinas, v. 18, n. 4, p. 491-497, ago. 2005.

COX, T.; GRIFFITHS, A.; RIAL-GONZÁLEZ, E. Research on work-related stress. European Agency for Safety and Health at Work. Luxembourg: *Office for Official Publications of the European Communities*, 2000.

CRAMER, P. Defense mechanisms in psychology today: further processes for adaptation. *American Psychologist*, Washington, v. 55, n. 6, p. 637-646, 2000.

DELL'AGLIO, D. D. O processo de coping em crianças e adolescentes: adaptação e desenvolvimento. *Temas em Psicologia*, Ribeirão Preto, v. 11, n. 1, p. 38-45, 2003.

DELL'AGLIO, D. D.; HUTZ, C. S. Estratégias de Coping de Crianças e Adolescentes em Eventos Estressantes com Pares e com Adultos. *Psicologia USP*, São Paulo, v. 13, n. 2, p. 203-225, 2002.

ESCHENBECK, H.; KOHLMANN, C.; LOHAUS, A. Gender differences in coping strategies in children and adolescents. *Journal of Individual Differences*, Cambridge, v. 28, n. 1, p. 18-26, 2007.

FOLKMAN, S. (Ed.). *The Oxford handbook of stress, health, and coping*. New York:

Oxford University Press, 2011.

FOLKMAN, S.; LAZARUS, R. S. *Manual for the Ways of Coping Questionnaire (research edition)*. California: Consulting Psychologists Press, 1988.

FOLKMAN, S.; LAZARUS, R. S.; PIMLEY, S.; NOVACEK, J. Age differences in stress and coping processes. *Psychology and Aging*, Rochester, v. 2, n. 2, p. 171-184, jun. 1987.

FOLKMAN, S.; MOSKOWITZ, J. T. Positive affect and the other side of coping. *American Psychologist*, Washington, v. 55, n. 6, p. 647-654, 2000.

FRYDENBERG, E. *Adolescent coping: advances in theory, research and practice*. New York: Routledge, 2008.

\_\_\_\_\_. Coping competencies: what to teach and when. *Theory Into Practice*, v. 43, n. 1, p.14-22, 2004.

FRYDENBERG, E.; LEWIS, R. Teaching coping to adolescents: when and to whom?. *American Educational Research Journal*, Melbourne, v. 37, n. 3, p. 727-745, 2000.

GALLATY, K.; ZIMMER-GEMBECK, M. J. The daily social and emotional worlds of adolescents who are psychologically maltreated by their romantic partners. *Journal of Youth and Adolescence*, New York, v. 37, n. 3, p. 310-323, mar. 2008.

GELHAAR, T.; SEIFFKE-KRENKE, I.; BORGE, A.; CICOGNANI, E.; CUNHA, M.; LONCARIC, D.; MACEK, P.; STEINHAUSEN, H.; WINKLER METZKE, C. Adolescent coping with everyday stressors: a seven-nation study of youth from central, eastern, southern, and northern europe. *European Journal of Developmental Psychology*, London, v. 4, n. 2, p. 129-156, 2007.

GREENE, A. L.; LARSON, R. W. Variation in stress reactivity during adolescence. In: CUMMINGS, E. M.; GREENE, A. L.; KARRAKER, K. H. (Eds.). *Life-span developmental psychology: Perspectives on stress and coping*. Hillsdale: Erlbaum, p. 195–209, 1991.

KRISTENSEN, C. H.; SCHAEFER, L. S.; BUSNELLO, F. B. Estratégias de coping e sintomas de stress na adolescência. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, Campinas, v. 27, n. 1, p. 21-30, mar. 2010. Disponível em:  
<[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0103-](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-)

166X2010000100003&Ing=en&nrm=iso>. Acesso em: 21 Ago 2010.

KROHNE, H. W. Stress and coping theories. In: SMELSER, N. J.;BALTES, P. B. (Eds.). *International Encyclopedia of the Social & Behavioral Sciences*. Oxford: Elsevier, v. 26, p. 15163-15170, 2001.

LAZARUS, R. S. From psychological stress to the emotions: A history of changing outlooks. *Annual Review of Psychology*, Palo Alto, v. 44, p. 1-21, jan. 1993a.

\_\_\_\_\_. Coping theory and research: past, present, and future. *Psychosomatic Medicine*, McLean, v. 55, n. 3, p. 234-247, mai. 1993b.

\_\_\_\_\_. *Emotion and adaptation*. New York: Oxford University Press, 1991.

LAZARUS, R. S.; DELONGIS, A. Psychological stress and coping in aging. *American Psychologist*, Washington, v. 38, n. 3, p. 245-254, mar. 1983.

LAZARUS, R. S.; FOLKMAN, S. *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer, 1984.

LI, C. E.; DIGIUSEPPE, R.; FROH, J. The roles of sex, gender, and coping in adolescent depression. *Adolescence*, San Diego, v. 41, n. 163, p. 409-415, 2006.

MARK, G. M. SMITH, A. P. Stress models: a review and suggested new direction. In: HOUDMONT, J.; LEKA, S. (Eds.). *Occupational Health Psychology - European Perspectives on Research, Education & Practice*. Nottingham: Nottingham University Press. V. 3, p. 111-144, 2008.

MICZEK, K. A.; YAP, J. J.; COVINGTON, H. E. Social stress, therapeutics and drug abuse: preclinical models of escalated and depressed intake. *Pharmacology & Therapeutics*, Boston, v. 120, n. 2, p 102-128, 2008.

MONEY, A.; BABIN, B.; SAMOUEL, P.; JUNIOR, J. F. H. *Fundamentos de métodos de pesquisa em administração*. Porto Alegre: Bookman, 2005.

MOOS, R. H. Development and application of new measures of life stressors, social resources, and coping responses. *European Journal of Psychological Assessment*, Frankfurt, v. 11, n. 1, p. 1-13, 1995.

NTOUMANIS, N.; EDMUNDS, J.; DUDA, J. L. Understanding the coping process from a self-determination theory perspective. *British Journal of Health Psychology*, Bognor Regis, v. 14, n. 2, p. 249-260, mai. 2009.

PIKO, B. Gender differences and similarities in adolescents' ways of coping. *The Psychological Record*, v. 51, n. 2, p. 223-235, 2001.

POLETTI, M.; KOLLER, S. H.; DELL'AGLIO, D. D. Eventos estressores em crianças e adolescentes em situação de vulnerabilidade social de Porto Alegre. *Ciência & Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v. 14, n. 2, abr. 2009.

REPETTI, R. L., MCGRATH, E. P., ISHIKAWA, S. S. Daily stress and coping in childhood and adolescence. In: GORECZNY, A.; HERSEN, M. (Eds.). *Handbook of pediatric and adolescent health psychology*. Boston: Allyn & Bacon, p. 343-360, 1998.

RICHAUD DE MINZI, M. C. Development of coping resources in childhood and adolescence. *Interdisciplinaria*, Buenos Aires, número especial, p. 63-74, 2004.

SANTOS, J. D. F. As Diferentes Concepções de Infância de Adolescência na Trajetória Histórica do Brasil. *Revista HISTEDBR On-line*, Campinas, n. 28, p. 224-238, 2007.

SAWANG, S.; OEI, T. P. S.; GOH, Y. W.; MANSOER, W.; MARKHUM, E.; RANAWAKE, D. Confirmatory factor analysis of the way of coping checklist-revised (WCCL-R) in the asian context. *Applied Psychology*, v. 59, n. 2, p. 202-219, 2010.

SAVOIA, M. G. Escalas de eventos vitais e de estratégias de enfrentamento (coping). *Revista de Psiquiatria Clínica (Edição Internet)*, São Paulo, v. 26, n. 2, 1999. Disponível em: <[http://www.hcnet.usp.br/ipq/revista/vol26/n2/artigo\(57\).htm](http://www.hcnet.usp.br/ipq/revista/vol26/n2/artigo(57).htm)>. Acesso em: 15 ago. 2010.

SAVOIA, M. G.; SANTANA, P.; MEJIAS, N. P. Adaptação do Inventário de Estratégias de Coping de Folkman e Lazarus para o português. *Revista de Psicologia USP*, São Paulo, v. 7, n. 1/2, p. 183-201, 1996.

SERAFINI, A. J.; BANDEIRA, D. R. A influência da rede de relações, do coping e do neuroticismo na satisfação de vida de jovens estudantes. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, Campinas, v. 28, n. 1, mar. 2011. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0103-166X2011000100002&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-166X2011000100002&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em: 05 jul. 2011.

SKINNER, E. A. Coping Assessment. In: AYERS, S.; BAUM, A.; MCMANUS, C.; NEWMAN, S.; WALLSTON, K.; WEINMAN, J.; WEST, R. (Eds.). *Cambridge Handbook of Psychology, Health and Medicine*. 2. ed. Cambridge: Cambridge University Press, p. 245-250, 2007.

SKINNER, E. A.; EDGE, K.; ALTMAN, J.; SHERWOOD, H. Searching for the structure of coping: a review and critique of category systems for classifying ways of coping. *Psychological Bulletin*, Berkeley, v. 129, n. 2, p. 216-269, 2003.

SKINNER, E. A.; ZIMMER-GEMBECK, M. J. Perceived control and the development of coping. In: FOLKMAN, S. (Ed.). *The Oxford Handbook of Stress, Health, and Coping*. New York: Oxford University Press, p. 35-59, 2011.

\_\_\_\_\_. The development of coping. *Annual Review of Psychology*, Palo Alto, v. 58, p. 119-144, jan. 2007.

SMITH, C. A.; LAZARUS, R. S. Emotion and adaptation. In: PERVIN, L. A. (Ed.). *Handbook of Personality: Theory and Research*. New York: Guilford, p. 609-637, 1990.

SOMERFIELD, M. R.; MCCRAE, R. R. Stress and coping research: methodological challenges, theoretical advances, and clinical applications. *American Psychologist*, Washington, v. 55, n. 6, p. 620-625, jun. 2000.

TENNEN, H.; AFFLECK, G.; ARMELI, S.; CARNEY, M. A. A daily process approach to coping: Linking theory, research, and practice. *American Psychologist*, Washington, v. 55, n. 6, p. 626-636, jun. 2000.

ZIMMER-GEMBECK, M. J.; LOCKE, E. M. The socialization of adolescent coping behaviours: relationships with families and teachers. *Journal of Adolescence*, London, v. 30, n. 1, p. 1-16, jan. 2007.

ZIMMER-GEMBECK, M. J.; SKINNER, E. A. Coping: developmental influences. In: REIS, H. T.; SPRECHER, S. K. (Eds.). *Encyclopedia of Human Relationships*. Newbury Park: Sage Publications, p. 332-335, 2009.

\_\_\_\_\_. Adolescents' coping with stress: development and diversity. *Prevention Researcher*, Eugene, v. 15, n. 4, p. 3-7, 2008.



## APÊNDICE 1 – QUESTIONÁRIO SOCIODEMOGRÁFICO

### QUESTIONÁRIO SOCIODEMOGRÁFICO

**Entrevista Número:**

**Data:** / /

1) Sexo:  Masculino  Feminino

2) Idade:  anos

3) Renda Mensal Familiar:

Menos de 1 salário mínimo

4 salários mínimos

1 salário mínimo

5 salários mínimos

2 salários mínimos

6 salários mínimos

3 salários mínimos

Mais de 6 salários mínimos

4) Quantidade de Pessoas na Casa:  Pessoas

5) Situação de Moradia:

Tipo:  Casa Própria  Financiada  Alugada  Cedida  Invasão

Construção:  Alvenaria  Madeira  Lona  Outros

6) Atualmente está cursando qual série?  Série

7) Mora com:

Mãe

Meio-Irmão

Pai

Avó

Irmãos

Avô

Padrasto

Cônjuge

Madrasta

Outros

## APÊNDICE 2 – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

### TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Projeto: **ESTRATÉGIAS DE *COPING* ENTRE ADOLESCENTES**

Pesquisador: Fernando Cércena Leventi – Psicólogo CRP- 14/04702-1

Orientador: Dr. José Carlos Rosa Pires de Souza – Psiquiatra CRM - 2671

Declaro consentir que o menor pelo qual sou responsável participe como voluntário da pesquisa “Estratégias de *Coping* entre Adolescentes”, que está sendo realizada pelo pesquisador acima citado, relacionado ao projeto ligado ao Programa de Mestrado em Psicologia, área de Concentração: Psicologia da Saúde Universidade Católica Dom Bosco – UCDB. Possui o objetivo de identificar as estratégias de *coping* utilizadas pelos adolescentes da cidade de Campo Grande - MS, e assim colaborar na elaboração de um possível diagnóstico sobre as formas de enfrentamento dos mesmos. Para isso será aplicado um questionário sociodemográfico e o Inventário de Estratégias de *Coping* de Lazarus e Folkman, contendo uma questão subjetiva e 66 questões objetivas. Este projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Católica Dom Bosco.

Ao participar deste estudo fui esclarecido (a) e estou ciente que:

- a) caso o menor pelo qual sou responsável não se sinta à vontade para responder qualquer questão, pode deixar de respondê-la, sem que isto implique em prejuízo;
- b) as informações que o menor pelo qual sou responsável fornecerá, poderão ser utilizadas, para trabalhos científicos e sua identificação deverá ser mantida sob sigilo;
- c) a participação do menor pelo qual sou responsável é inteiramente voluntária, e este não foi objeto de nenhum tipo de pressão;
- d) O menor pelo qual sou responsável tem liberdade para desistir de participar, em qualquer momento, da entrevista;
- e) caso precise entrar em contato com o pesquisador, posso fazê-lo através do telefone número (67) 8141-9278;
- f) poderei contatar o Comitê de Ética em Pesquisa da UCDB para apresentar recursos pelo telefone (67) 3312-3614;
- g) desta forma, declaro estar ciente do objetivo, justificativa e procedimentos utilizados para a realização deste.

Recebi uma cópia deste termo e a possibilidade de lê-lo.

Campo Grande,..... de ..... de .....

Assinatura do Responsável: .....

Assinatura do Pesquisador: .....



## APÊNDICE 3 – AUTORIZAÇÃO PARA A APLICAÇÃO DA PESQUISA NA INSTITUIÇÃO

Solicitação de Consentimento ao Instituto Mirim de Campo Grande, MS

**Projeto:** ESTRATÉGIAS DE COPING DE ADOLESCENTES DA CIDADE DE  
CAMPO GRANDE - MS

**Pesquisador:** Fernando Cércena Leventi – CRP 14/04702-1

**Orientador:** Dr. José Carlos Rosa Pires de Souza – CRM 2671

Venho através desta, solicitar consentimento para a realização de uma pesquisa junto à população atendida por este instituto.

Sou aluno do Programa de Mestrado em Psicologia da Universidade Católica Dom Bosco – Campo Grande – MS, sendo esta pesquisa tema de minha dissertação para obtenção do título de MESTRE.

O objetivo geral desta pesquisa é identificar as estratégias de *coping* dos adolescentes do Instituto Mirim de Campo Grande.

Para esta avaliação será aplicado um questionário sócio-demográfico de elaboração do pesquisador, e o Inventário de Estratégias de *Coping*.

Nenhuma informação pessoal ou individual será divulgada.

Após a conclusão da pesquisa, um documento elaborado a partir dos resultados obtidos será entregue a esta instituição.

  
Cristiane da Silva Sobrinho  
Gerente Técnica

Campo Grande – MS, 06 de 07 de 2011

Fernando Cércena Leventi – Telefone: (67) 8141-9278; E-mail: fcl222@gmail.com



## ANEXO 1 - INVENTÁRIO DE ESTRATÉGIAS DE COPING

### Inventário de Estratégias de *Coping* de Folkman e Lazarus

Gostaria de saber como você lida com situações de estresse. O estresse acontece quando você percebe que alguma coisa é difícil ou parece ser maior do que você consegue suportar, ameaçando seu bem-estar.

Agora pense em uma situação de estresse pela qual você tenha passado e a descreva em poucas palavras:

---

As frases abaixo descrevem atitudes que podem ser tomadas em situações de estresse. Leia cada uma delas e indique, fazendo um círculo na categoria apropriada, o que você fez na situação que acabou de descrever, de acordo com a seguinte classificação:

0. não usei esta estratégia
  1. usei um pouco
  2. usei bastante
  3. usei em grande quantidade
- 
- |     |  |   |   |   |   |
|-----|--|---|---|---|---|
| 1.  | Me concentrei no que deveria ser feito em seguida, no próximo passo.                                   | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 2.  | Tentei analisar o problema para entendê-lo melhor.   | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 3.  | Procurei trabalhar ou fazer alguma atividade para me distrair.   | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 4.  | Deixei o tempo passar - a melhor coisa que poderia fazer era esperar, o tempo é o melhor remédio.      | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 5.  | Procurei tirar alguma vantagem da situação.  | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 6.  | Fiz alguma coisa que acreditava que não daria resultados, mas ao menos eu estava fazendo alguma coisa. | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 7.  | Tentei encontrar a pessoa responsável para mudar as suas idéias.                                       | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 8.  | Conversei com outra(s) pessoa(s) sobre o problema procurando mais dados sobre a situação.              | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 9.  | Me critiquei, me repreendi.  | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 10. | Tentei não fazer nada que fosse irreversível, procurando outras opções.                                | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 11. | Esperiei que um milagre acontecesse.   | 0 | 1 | 2 | 3 |

12.	Concordei com o fato, aceitei meu destino.	0	1	2	3
13.	Fiz como se nada tivesse acontecido.	0	1	2	3
14.	Procurei guardar para mim mesmo(a) os meus sentimentos	0	1	2	3
15.	Procurei encontrar o lado bom da situação.	0	1	2	3
16.	Dormi mais que o normal.	0	1	2	3
17.	Mostrei a raiva que sentia para as pessoas que causaram o problema.	0	1	2	3
18.	Aceitei a simpatia e a compreensão das pessoas.	0	1	2	3
19.	Disse coisas a mim mesmo(a) que me ajudassem a me sentir bem.	0	1	2	3
20.	Me inspirei a fazer algo criativo.	0	1	2	3
21.	Procurei esquecer a situação desagradável.	0	1	2	3
22.	Procurei ajuda profissional.	0	1	2	3
23.	Mudei ou cresci como pessoa de uma maneira positiva.	0	1	2	3
24.	Esperei para ver o que acontecia antes de fazer alguma coisa.	0	1	2	3
25.	Desculpei ou fiz alguma coisa para repor os danos.	0	1	2	3
26.	Fiz um plano de ação e o segui.	0	1	2	3
27.	Tirei o melhor que poderia da situação, que não era o esperado.	0	1	2	3
28.	De alguma forma extravasei os meus sentimentos.	0	1	2	3
29.	Compreendi que o problema foi provocado por mim.	0	1	2	3
30.	Saí da experiência melhor do que eu esperava.	0	1	2	3
31.	Falei com alguém que poderia fazer alguma coisa concreta sobre o problema.	0	1	2	3
32.	Tentei descansar, tirar férias a fim de esquecer o problema.	0	1	2	3
33.	Procurei me sentir melhor, comendo, fumando, utilizando drogas ou medicação.	0	1	2	3
34.	Enfrentei como um grande desafio, fiz algo muito arriscado.	0	1	2	3
35.	Procurei não fazer nada apressadamente ou seguir meu impulso.	0	1	2	3
36.	Encontrei novas crenças.	0	1	2	3
37.	Mantive meu orgulho não demonstrando meus sentimentos.	0	1	2	3
38.	Redescobri o que é importante na vida.	0	1	2	3
38.	Modifiquei aspectos da situação para que tudo desse certo no final.	0	1	2	3
40.	Procurei fugir das pessoas em geral.	0	1	2	3
41.	Não deixei me impressionar, me recusava a pensar muito sobre esta situação.	0	1	2	3
42.	Procurei um amigo ou um parente para pedir conselhos.	0	1	2	3
43.	Não deixei que os outros soubessem da verdadeira situação.	0	1	2	3
44.	Minimizei a situação me recusando a preocupar-me seriamente com ela.	0	1	2	3

45.	Falei com alguém sobre como estava me sentindo.	0	1	2	3
46.	Recusei recuar e batalhei pelo que eu queria.	0	1	2	3
47.	Descontei minha raiva em outra(s) pessoa(s).	0	1	2	3
48.	Busquei nas experiências passadas uma situação similar.	0	1	2	3
49.	Eu sabia o que deveria ser feito, portanto dobrei meus esforços para fazer o que fosse necessário.	0	1	2	3
50.	Recusei acreditar que aquilo estava acontecendo.	0	1	2	3
51.	Prometi a mim mesmo(a) que as coisas serão diferentes na próxima vez.	0	1	2	3
52.	Encontrei algumas soluções diferentes para o problema.	0	1	2	3
53.	Aceitei, nada poderia ser feito.	0	1	2	3
54.	Procurei não deixar que meus sentimentos interferissem muito nas outras coisas que eu estava fazendo	0	1	2	3
55.	Gostaria de poder mudar o que tinha acontecido ou como me senti.	0	1	2	3
56.	Mudei alguma coisa em mim, me modifiquei de alguma forma.	0	1	2	3
57.	Sonhava acordado(a) ou imaginava um lugar ou tempo melhores do que aqueles em que eu estava.	0	1	2	3
58.	Desejei que a situação acabasse ou que de alguma forma desaparecesse.	0	1	2	3
59.	Tinha fantasias de como as coisas iriam acontecer, como se encaminhariam.	0	1	2	3
60.	Rezei.	0	1	2	3
61.	Me preparei para o pior.	0	1	2	3
62.	Analisei mentalmente o que dizer e o que fazer.	0	1	2	3
63.	Pensei em uma pessoa que admiro e em como ela resolveria a situação e a tomei como modelo.	0	1	2	3
64.	Procurei ver as coisas sobre o ponto de vista da outra pessoa.	0	1	2	3
65.	Eu disse a mim mesmo(a) “que as coisas poderiam ter sido piores”.	0	1	2	3
66.	Corri ou fiz exercícios.	0	1	2	3


## ANEXO 2 – AUTORIZAÇÃO PARA A REALIZAÇÃO DA PESQUISA



Campo Grande, 02 de Maio de 2011.

### DECLARAÇÃO

Declaramos para os devidos fins que o projeto “**Estratégias de Coping de adolescentes da cidade de Campo Grande-MS**” sob a responsabilidade de **Fernando Cércena Leventi**, orientação de **Prof. José Carlos Rosa Pires de Souza**, protocolo n° **004/11** após análise do Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Católica Dom Bosco, foi considerado **aprovado** sem restrições.

  
**Prof. Dra. Susana Elisa Moren**  
Presidente do Comitê de Ética em Pesquisa da  
Universidade Católica Dom Bosco