

## Estudo correlacional sobre diferentes perfis de estratégias de coping de acordo com os traços de personalidade

Tuani Bertamoni

Guilherme Ebert

Vinícius Guimarães Dornelles

**Resumo:** O conceito de *coping* é caracterizado pela forma na qual o sujeito lida com uma situação de estresse, e é notório que características de personalidade podem influenciar no padrão de manejo de problemas. Assim, o objetivo deste estudo foi de correlacionar perfis de personalidade e estratégias de *coping*. Participaram desta pesquisa 50 homens, com idade entre 18 e 50 anos. Foram aplicados os instrumentos: Bateria Fatorial de Personalidade (BFP) e a Escala de Modos de Enfrentamento de Problemas (EMEP). Os resultados encontrados foram de correlação direta para o traço de neuroticismo referente à estratégia de *coping* focado na emoção; também diante desta estratégia, foi encontrada correlação inversa com o traço de socialização. Correlacionaram-se positivamente os traços de socialização e realização com as estratégias focadas no problema e na busca pelo suporte social, além de correlação positiva entre o traço de extroversão e a busca pelo suporte social.

**Palavras-chave:** Teoria dos Cinco Grandes Fatores; Coping; Personalidade.

### Correlational study of different profile of coping strategies according to personality traits

**Abstract:** The concept of coping is characterized by the way in which a person deals with a stressful situation, and it is well accepted that personality features can influence the pattern of problems management. Therefore, the objective of this study was to correlate personality profiles and coping strategies. 50 men aged between 18 and 50 years of participated in this research. The following instruments were used: Battery of Personality Factor (BPF) and the Scale of Coping Modes (SCM). The results found were direct correlation for the neuroticism trait and the coping strategy focused on the emotion; also, related to this strategy, an inverse correlation was found with the socialization trait. The socialization and realization traits were positively correlated with the strategies focused on the problem and social support seeking, and also there was positive correlation between the extroversion trait and social support seeking.

**Keywords:** Big Five Theory; Coping; Personality.

---

### Introdução

Os estudos relacionados aos tipos de personalidade ao longo da história, tentam elucidar quais são as características que todos temos em comum, bem como aquelas que nos diferenciam. Dessa forma, é notório que este estudo nos demonstra uma série de variáveis que podem estar relacionadas com a forma que lidamos com os nossos problemas. Nesse ínterim, observa-se que é de fundamental relevância o estudo da relação entre as estratégias de *coping* e os estilos de personalidade. E, justamente, pela relevância do estudo da interação entre essas temáticas que o objetivo deste estudo foi o de correlacionar perfis de personalidade – mensurados através da Bateria

Fatorial de Personalidade, BFP, (Hutz, Nunes & Nunes, 2010) – e estratégias de *coping* (avaliadas através da Escala de Modos de Enfrentamentos de Problemas, EMEP, – Seidl, Tróccoli & Zannon, 2001) em adultos jovens do sexo masculino. A teoria dos Cinco Grandes Fatores da Personalidade, originada da teoria do traço de Cattell, é visto atualmente como um modelo amplamente utilizado para auxílio no trabalho relacionado à mensuração da personalidade (Campbell, Hall & Lindzey, 2008). Três principais áreas originaram o modelo dos cinco fatores: 1- análise fatorial de termos linguísticos relacionados com traços, 2- pesquisas interculturais que testavam a universalidade das dimensões dos traços, e 3- correlação de questionários de traços juntamente com outros questionários.

Considerando-se assim, em 1981 Goldberg revisou o trabalho de autores como Gordon Allport, que defendia a ideia de que os comportamentos das pessoas se davam de acordo com a cultura na qual viviam. O autor definiu como traços unidades determinantes da personalidade que podem ser modificada conforme o ambiente que o indivíduo se insere. Após, Eysenck deu continuidade aos estudos de Allport definindo a personalidade em uma divisão de três categorias: introversão/extroversão, neuroticismo e psicotismo. Os resultados da revisão de Goldberg (1981) levaram a possibilidade de abranger os fatores da personalidade em cinco dimensões (Gazzaniga & Heatherton, 2005) e (John & Lawrence, 2004).

Com base nestes estudos, temos os cinco fatores, assim resumidos na tabela 1, de acordo com o Manual da Bateria Fatorial de Personalidade (Hutz, Nunes & Nunes, 2010):

Tabela 1 – Descrição das características dos traços de personalidade.

| Traços       | Pontuação Elevada  | Pontuação Baixa   |
|--------------|--|---|
| Neuroticismo | Tendência a serem sensíveis, nervosos, impulsivos, e a ter uma visão negativa acerca de suas experiências cotidianas.    | Tendência a serem emocionalmente calmos e estáveis  |
| Extroversão  | Define os indivíduos extrovertidos como pessoas ativas, empolgadas, sociáveis e expressivas.                             | Os introvertidos tendem a serem mais retraídos, tímidos, quietos e reservados.  |
| Socialização | Pessoas com capacidade de serem hábeis socialmente, afetuosas, confiáveis, cooperativas.                                 | Tendem a hostilidade, a serem rudes, egoístas, e egocêntricos, não se preocupando muito com o bem estar de outras pessoas, priorizando seus atos para beneficiarem a si mesmos. |
| Realização   | Pessoas responsáveis, organizadas, honestas e perfeccionistas.   | Tendência à impulsividade, além de negligência, irresponsabilidade e descuido nas atividades realizadas.  |
| Abertura     | Tem como características serem pessoas flexíveis, com capacidade criativa, além de interesse por discussões filosóficas. | Tendência à rigidez e conservadorismo em suas crenças e atitudes, além de menor resposta referente a emoções.   |

Através desta teoria e os avanços neste campo de estudo, há a hipótese de os fatores de personalidade estarem diretamente relacionados ao modo com o qual os indivíduos lidam com o estresse (Tomaz, 2008). As pessoas, de uma maneira geral, apresentam diferentes estratégias para lidar com situações estressoras (atitudes, vontades, percepções, e emitindo pensamentos frente a essas situações). Tais estratégias não são desenvolvidas apenas por bases genéticas, mas também, por fatores socioambientais ao longo do desenvolvimento (Carver & Connor-Smith, 2009).

A capacidade de o indivíduo lidar com o estresse é caracterizada pelo termo *coping*, o qual determina as estratégias de enfrentamento que o indivíduo utiliza nos mais variados contextos estressores de sua vida. (Lazarus & Folkman, 1984).

Para melhor compreensão do processo de *coping*, é necessário avaliar o perfil do indivíduo e o manejo que está utilizando diante de determinado problema. Por sofrer várias transformações ao longo das mudanças ambientais, juntamente com as modificações do indivíduo em si, o ato que foi usado como manejo para um determinado evento estressor pode não se aplicar novamente a outro. Sendo assim, são destacadas a percepção e a representação cognitiva do manejo realizado e a reavaliação do problema, devido às alterações de contextos cotidianos (Krum & Bandeira, 2008).

Necessidades pessoais, como fatores da personalidade, podem influenciar a forma de reação das pessoas frente a situações adversas, podendo começar ainda na infância. Portanto o modo como o sujeito enfrenta determinadas situações estão associadas a traços da personalidade do indivíduo. Sendo assim, ocorre uma reciprocidade na interação da pessoa e do ambiente no qual vive, de modo que, a personalidade influencia a formação de comportamentos perante determinadas formas de respostas e objetivos apresentadas em cada situação. (Gazzaniga & Heatherton, 2005).

Dessa forma, torna-se importante pensar na relação que possivelmente exista entre *coping* e resiliência, uma vez que o desenvolvimento das estratégias de *coping* possam afetar o desenvolvimento da resiliência. Assim sendo, é de fundamental importância conceitualizar adequadamente tanto a resiliência quanto o *coping*.

O conceito de resiliência versa sobre a capacidade a qual as pessoas teriam de emitirem respostas com objetivos definidos e como uma estratégia para atingi-lo no decorrer de uma situação que envolva risco. Ou seja, significa a habilidade em conseguirmos nos manter vinculados a objetivos apesar de estarmos envolvidos em situações aversivas, conseguindo, dessa forma, manter-se adaptada ao contexto que está sendo vivenciado (Legal, Machado & Taboada, 2006).

Já o conceito de *coping*, segundo Lazarus e Folkman (1984), envolve a ideia de que as pessoas possuem duas formas de enfrentar e avaliar um problema: *coping* focado na emoção e *coping* focado no problema. O *coping* focado na emoção consiste em evitar o problema com respostas emocionais. Aliviar a tensão através de comportamentos como comer, chorar, ou gritar são exemplos de manejos para diminuir a dimensão da situação estressora em questão (Carver; Connor-Smith, 2009). Já nos modos de avaliação do problema, na avaliação primária, o sujeito analisa e

reconhece se é uma situação ameaçadora. A avaliação secundária é aquela na qual o indivíduo escolhe estratégias disponíveis para resolução daquele problema tendo ações distintas diante dos problemas apresentados, o que pode estar influenciado pelos seus traços de personalidade. (Diniz, 2009).

Segundo o modelo de Lazarus e Folkman (1980), o desenvolvimento dessas ações para enfrentamento dos problemas envolvem quatro tipos de recursos: 1) é entre o sujeito e o ambiente que ocorre uma interação mútua contribuinte para o desenvolvimento do *coping*; 2) define-se por função do *coping* resolver e se adaptar a situação geradora de estresse; 3) dentro do processo de *coping* supõe-se que o sujeito conseguiu reconhecer, entender e obter uma representação cognitiva da situação em questão; e por último, 4) que se refere ao processo de *coping* como uma reação a partir de esforços físicos e cognitivos para manejo de seus problemas (Antoniazzi, Bandeira & Dell'Aglio, 1998).

Referente a busca de apoio social como estratégia de *coping* para enfrentamento de problema, observa-se que a rede de apoio social é considerada um fator de proteção e de promoção de saúde. Essa também pode ser de grande auxílio no enfrentamento de situações de estresse, doenças crônicas ou vulnerabilidade social ou física (Gonçalves, Bandeira & Piccinini, 2011).

Diversos estudos (como os de Eschenbeck, Kohlmann & Lohaus, 2007) indicam que alguns fatores como sexo, gênero, idade e personalidade podem influenciar na escolha de determinadas estratégias de *coping* focadas no problema, na emoção, na busca de suporte social e na busca por suporte através de crenças religiosas (Diniz & Zanini, 2010). Através da teoria dos cinco fatores da personalidade podemos avaliar o perfil do sujeito, em que é feita a análise de como os eventos estressores afetam aquele tipo de perfil. Além disso, a maneira como este indivíduo lida com o enfrentamento do mesmo também pode ser avaliada, sendo possível relacionar os comportamentos que estariam ligados à saúde mental e física (Tomaz, 2008). Diferentes traços de personalidade podem facilitar ou dificultar diferentes formas do indivíduo se expressar e se portar socialmente, além de intervir no modo como o sujeito lida com as suas variáveis estressoras (Bueno, Oliveira & Oliveira, 2001).

## Método

Trata-se de um estudo de caráter quantitativo, descritivo e correlacional. Participaram do estudo 50 homens, entre 18 e 50 anos com  $M=27,82$  ( $DP=9,21$ ), de diferentes cidades do estado do Rio Grande do Sul. A amostra foi escolhida por conveniência. A escolha de ter apenas homens na amostra se dá pela baixa quantidade de estudos que evidenciam a relação entre a variável sexo e as variáveis perfil de personalidade e estratégias de *coping*. Dessa forma, optou-se por um controle dessa variável, utilizando somente população masculina para que não ocorresse uma influência de uma possível variável interveniente no estudo.

Foram aplicados os seguintes instrumentos: Bateria Fatorial de Personalidade (BFP), Escala de Modos de Enfrentamento de Problemas (EMEP) e um questionário de dados sociodemográficos. Todos os participantes assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

O BFP (Bateria Fatorial de Personalidade) trata de avaliar a personalidade segundo o modelo dos Cinco Grandes Fatores. Constituído por 126 itens, onde cada indivíduo responde de acordo com a situação a qual considera mais adaptativa ao seu cotidiano ou não, em uma escala do tipo Likert de sete pontos. Os dados psicométricos do instrumento, referentes à estrutura fatorial e à consistência interna apresentam alfas de Cronbach de 0,89 para o fator neuroticismo; 0,84 para extroversão; 0,85 para socialização; 0,83 para realização e alfa de 0,74 para o índice de abertura para experiências (Hutz, Nunes & Nunes, 2010).

A Escala Modos de Enfrentamento de Problemas (EMEP) versão adaptada para o português por Gimenez e Queiroz (1997) e validada por Seidl, Tróccoli e Zannon (2001) é constituída por uma escala tipo Likert de cinco pontos, com 45 itens dividido em quatro fatores: fator 1 – *coping* focado no problema ( $\alpha = 0,84$ ); fator 2 – *coping* focado na emoção ( $\alpha = 0,81$ ); fator 3- *coping* focado na busca pelo suporte religioso/pensamento fantasioso ( $\alpha = 0,74$ ) e fator 4 – *coping* focado na busca pelo suporte social ( $\alpha = 0,70$ ) (Silva, 2005).

O projeto de pesquisa para este trabalho foi submetido ao comitê de ética da instituição de ensino Universidade do Vale do Rio dos Sinos (UNISINOS), obtendo a aprovação sob o número de protocolo 12/072.

## Resultados

### *Apresentação dos dados descritivos inferenciais*

Na tabela 2 encontram-se os resultados sociodemográficos referentes aos seguintes dados: escolaridade, situação ocupacional, estado civil, procedência, com quem reside e nível socioeconômico segundo IBGE. Apenas 5% da amostra total desta pesquisa responderam que atualmente fazem uso de algum tipo de medicação, como Omeprazol, Clonazepan, Isotretinoína, Escitalopram e Sinuastatina. Quanto ao uso de drogas atual 8% admitiram utilizar algum tipo de substância como cigarro, maconha e cocaína e apenas 1% afirmaram utilizar analgésicos como fonte de droga.

Tabela 2 – Dados sociodemográficos (n=50).

|              |                  | Frequência | Porcentagem |
|--------------|------------------|------------|-------------|
| Escolaridade | E.F. Incompleto* | 3          | 6%          |
|              | E.F. Completo    | 3          | 6%          |
|              | E.M. Incompleto* | 12         | 24%         |
|              | E.M. Completo    | 5          | 10%         |
|              | E.S. Incompleto* | 20         | 40%         |
|              | E.S. Completo    | 6          | 12%         |
|              | Pós-Graduação    | 1          | 2%          |

|                      |                          | Frequência | Porcentagem |
|----------------------|--------------------------|------------|-------------|
| Situação Ocupacional | E. Carteira Assinada*    | 34         | 68%         |
|                      | E. S. Carteira Assinada* | 4          | 8%          |
|                      | Profissional Liberal     | 4          | 8%          |
|                      | Autônomo                 | 4          | 8%          |
|                      | Estudante                | 2          | 4%          |
|                      | Empresário               | 2          | 4%          |
| Estado Civil         | Solteiro                 | 36         | 72%         |
|                      | Casado                   | 9          | 18%         |
|                      | Separado                 | 1          | 2%          |
|                      | Divorciado               | 2          | 4%          |
|                      | União Estável            | 2          | 4%          |
| Procedência          | Porto Alegre             | 2          | 4%          |
|                      | Grande POA               | 1          | 2%          |
|                      | Interior                 | 46         | 92%         |
|                      | Outros Estados           | 1          | 2%          |
| Reside Com           | Sozinho                  | 7          | 14%         |
|                      | Pais                     | 26         | 52%         |
|                      | Cônjuge                  | 7          | 14%         |
|                      | Familiares               | 9          | 18%         |
|                      | Outro                    | 1          | 2%          |
| Nível Socioeconômico | Classe A                 | 7          | 14%         |
|                      | Classe B                 | 32         | 64%         |
|                      | Classe C                 | 11         | 22%         |

\*Ensino Fundamental \*Ensino Médio \*Ensino Superior \*Emprego com \*Emprego sem

### *Apresentação dos dados estatísticos inferenciais*

Com o objetivo de avaliar a existência significativa nas pontuações médias entre as variáveis dos instrumentos EMEP e BFP, utilizou-se a análise de correlação de *Pearson*. Como pode ser visualizado na tabela 3, o fator 2 da EMEP, que corresponde ao *coping* focalizado na emoção correlacionou-se positivamente com o fator neuroticismo do BFP.

Houve correlação significativa inversa do fator 2 da EMEP com o traço de socialização do BFP. Indicando que há uma tendência contrária, ou seja, quanto maior for o índice de socialização do indivíduo, menor será a tendência de utilizar a estratégia de enfrentamento focada na emoção.

Correlacionaram positivamente, o fator 4 da EMEP e o traço de personalidade correspondente a extroversão. O fator 4, refere-se a busca de suporte social, como medida de estratégia de enfrentamento de problemas. Houve também, correlação com o fator 4, o fator 1 da EMEP, que corresponde ao *coping* focado no problema. Ambas estratégias correlacionaram entre si, e com os traços de personalidade socialização e realização do BFP.

Tabela 3 – Correlações entre os fatores da escala BFP com os fatores da escala EMEP:

|              | EMEP1  | EMEP2   | EMEP3  | EMEP4  |
|--------------|--------|---------|--------|--------|
| Neuroticismo | -0,274 | 0,370** | 0,054  | -0,011 |
| Socialização | 0,293* | -0,289* | 0,206  | 0,284* |
| Extroversão  | 0,189  | 0,224   | 0,093  | 0,328* |
| Realização   | 0,322* | -0,196  | 0,139  | 0,340* |
| Abertura     | 0,139  | -0,250  | -0,229 | 0,169  |

\* $p < 0,05$  \*\* $p < 0,01$

### Discussão dos resultados

Os resultados da presente pesquisa indicaram correlações significativas entre os traços de personalidade da Bateria Fatorial de Personalidade (BFP) e da Escala de Modos de Enfrentamento de Problemas (EMEP). De acordo com as análises apresentadas na tabela 3, o *coping* focado na emoção (fator 2 da EMEP) correlacionou positivamente com o traço neuroticismo do BFP. O que indica que as pessoas com alto escore do fator Neuroticismo em sua personalidade, tendem a fazer uso diante de um evento estressor da estratégia de enfrentamento focada na emoção. O neuroticismo corresponde a pessoas com traços de baixa autoestima, tendência a ter uma percepção negativa acerca das situações, ser vulnerável e instável emocionalmente (Hutz, Nunes & Nunes, 2010).

Ainda segundo Hutz, Nunes e Nunes (2010), de acordo com o Manual Técnico da Bateria Fatorial de Personalidade, nas subescalas do fator Neuroticismo, escores obtidos como muito altos na escala de vulnerabilidade, implicam na fragilidade emocional das pessoas. A escala, relacionada a altos escores, indica perfis com tendência a ter baixa autoestima, e ter medo do abandono, por amigos e demais pessoas próximas. A impulsividade e a desmotivação por realização de tarefas também está implícita nas demais subescalas que compõem este fator. Os autores ainda trazem que estudos realizados por Widiger e Trull (1992, 2002 apud Hutz, Nunes e Nunes) associam a escala de Neuroticismo com os transtornos da personalidade *borderline*, esquiava e dependente.

De acordo com Oliveira (2009), em pesquisa sobre correlação de transtornos da personalidade e estratégias de *coping*, foi comprovado que transtornos da personalidade como esquiava, dependente e passivo-agressivo, possuem maior propensão a utilizarem de estratégias de enfrentamento focadas na emoção. Isso pode justificar o fato de pessoas com alto índice de neuroticismo, tendem a utilizar as estratégias do *coping* focado na emoção. Segundo a autora, a estratégia focada na emoção, consiste em uma leitura negativa do ambiente e do contexto do problema ao qual estão inseridos. Utilizando assim, de estratégias de enfrentamento disfuncionais relacionadas a visões de ameaça sobre seus problemas, como perspectiva de alívio do estresse emocional.

A estratégia de enfrentamento focada na emoção condiz com o sujeito afastar o problema, com respostas emocionais. Indivíduos com este perfil, quando estão diante de um problema, tendem a ter pensamentos negativos, podendo culpar a si mesmo ou

a outra pessoa pelo problema, esquivarem e evitarem a situação causadora do estresse. Segundo Bueno e Miguel (2011), em um estudo correlacional sobre habilidades sociais e estratégias de enfrentamento, a única estratégia que não correlacionou positivamente com habilidades sociais de autoafirmação, foi o *coping* focado na emoção. Segundo os autores, o enfrentamento focado na emoção, pode estar relacionado à dificuldade de estar resolvendo problemas, assim como, dificuldade nos relacionamentos interpessoais, surgindo como uma falta de habilidade social para lidar com problemas.

O dado de correlação inversa referente ao *coping* focado na emoção e o traço de socialização do BFP, pode ser interpretado, de forma que, pessoas com índices altos no fator de socialização tendem a acreditar no lado positivo das situações. Além de confiar nos demais, são leais e são propensos a se preocuparem e ajudarem o próximo. Segundo Reeve (2006), as emoções são compostas por duas funções: socialização e estratégias de enfrentamento. Sendo assim, as emoções desencadeiam papel fundamental nas atitudes que a pessoa tem diante de uma situação de estresse, além de serem responsáveis, pela forma a qual o indivíduo se adapta a estas situações.

Em contrapartida, sujeitos com baixo índice de socialização tendem a serem hostis, desconfiados, e focarem suas ações em prol de seu próprio benefício, tendo poucos amigos ou pessoas com quem tem intimidade. Por tanto, a propensão de usar o *coping* focado na emoção é maior para quem possui baixo escore no fator socialização em sua personalidade, do que pessoas que tem estes traços com escore altos e definidos como descritores de seu perfil.

Saklofske *et al.* (2007), em seu estudo correlacional entre personalidade e *coping*, também utilizando como instrumento de avaliação o BFP, confirma que, o *coping* focado no problema correlacionou-se com altos índices de extroversão e comunicação, e baixos índices de neuroticismo. Referente ao *coping* focado na emoção foi constatado que, os índices de extroversão e comunicação são baixos, ao mesmo tempo em que, os de neuroticismo, elevam-se, para manejo desta estratégia de enfrentamento.

De acordo com Gonçalves e Murta (2008) as habilidades sociais presentes no comportamento cotidiano das pessoas, são fortalecedores de reforços positivos sociais. Além de tornar o convívio mais agradável, faz com que o indivíduo, tenha respeito com o próximo e estabeleça amizades. Segundo pesquisa feita sobre habilidades sociais e traços de personalidade (Bueno, Oliveira & Oliveira, 2001) o autocontrole da agressividade em situações de estresse, obteve correlação positiva com o traço de socialização. Além disso, em situações que demandavam maior expressão de afetos positivos, pessoas com altos escores de socialização e baixos em neuroticismo, tendem a ter maior capacidade de se expressarem, criando uma boa impressão acerca de si perante aos outros, evitando demandar algum tipo de conflito.

Em resultado de estudo sobre habilidades sociais e aceitação e rejeição em pares universitários, foi constatado que o índice de agressividade presente na população masculina desta amostra, foi responsável pelo maior índice de rejeição para os homens (Bartholomeu *et al.*, 2012). Referente a habilidades sociais segundo Gazzaniga e Heatherton (2005), as expressões faciais são facilitadoras de comportamentos assertivos. O modo assertivo de expressar como o indivíduo se sente diante de diferentes situações, pode funcionar como um facilitador social.



As emoções apresentadas em situações de estresse funcionam como uma forma de ativar os mecanismos de adaptação. Sendo assim, o estresse objetiva localizar a emoção causada pelo problema, ativando uma resposta emocional diante dele que acaba por gerar uma ação frente à situação estressora, podendo ser adaptativa ou não ao contexto situacional (Dias, 2011), (Faro & Pereira, 2012) e (Saudino & Wang, 2011). Sendo assim, após a avaliação do estímulo recebido diante de um problema, a valência afetiva estimula as nossas habilidades adaptativas para lidar com estresse (Faro & Pereira, 2012).

Pessoas ansiosas, quando diante de situações de estresse, tendem a prestar maior atenção nos sintomas físicos, como sudorese, taquicardia, tremores, por exemplo. Muitas vezes, somente as alterações fisiológicas bastam para que o indivíduo venha a emitir sinais de alerta, e fazer uma leitura negativa do ambiente em que está inserido, gerando uma resposta de ansiedade. Caracteriza-se por regulação emocional, essa alteração acerca dos sintomas fisiológicos e das distorções cognitivas, apresentadas diante dessas situações (Santos, 2005).

Como resultado de estudo sobre resiliência e controle do estresse em juízes e servidores públicos, a regulação emocional destacou-se como um dos mais influentes fatores de proteção (Lipp & Oliveira, 2009). Nesse sentido, resiliência é a capacidade do sujeito de se adaptar rapidamente a situações de adversidades, a qual está relacionada com o conceito de *coping*, que é a forma como o sujeito enfrenta o problema. No *coping* é ressaltada a maneira que o indivíduo lidou com a situação de estresse. Enquanto na resiliência é focado o resultado de como o indivíduo se sobressaiu diante do problema, propiciando que o indivíduo mantenha suas características, mesmo após passar por uma situação de conflito. Podendo ser vista como um traço da personalidade, *coping* e resiliência são processos relacionados e direcionados para situações de estresse (Legal, Machado & Taboada, 2006).

Conforme o sujeito resiliente vai superando suas dificuldades, também vai deixando de lado alguns dos auxílios positivos aos quais possui. Então, a resiliência se destaca como um importante fator de proteção para propiciar melhor adaptação do indivíduo diante de necessidades diárias (Pedromônico & Sapienza, 2005). Através de uma situação de estresse, a resiliência se enquadra na capacidade de lidar e atribuir um novo significado a situações de adversidade, de modo que o estressor deixe de ser visto como tal (Legal, Machado & Taboada, 2006). Sendo assim, podemos associar o *coping* como um dos possíveis fatores de promoção de resiliência, onde prevalece em contextos situacionais difíceis de serem alterados, e onde a capacidade de modificação externa é mínima (Barlach, Limongi-França & Malvezzi, 2008).

O *coping* focado na busca por suporte social (fator 4 da EMEP) correlacionou positivamente com o traço de extroversão do BFP. Indicando que, pessoas extrovertidas tendem a ser mais ativas, procurarem ativamente contato social, além de serem responsivas e sensíveis às experiências que ocorrem no seu cotidiano. Diante disso, indivíduos com essa característica de perfil, tendem a possuir uma rede de apoio social ampla e a utilizar da estratégia de busca por suporte social ao nível de estratégia de enfrentamento.

Em um estudo sobre habilidades sociais e estratégias de enfrentamento, o *coping* focado no problema, pode funcionar como reconhecimento e aceitação das situações em

que são expressos sentimentos e percepções positivas, que podem facilitar ou fortalecer a capacidade de comunicação e das pessoas se relacionarem (Bueno & Miguel, 2011). Além disso, segundo Susan Folkman e Judith Moskowitz (2000), o uso do pensamento positivo, pode ser considerado também como estratégia de enfrentamento, podendo ajudar na aceitação e resolução de problemas.

Correlacionaram também de forma positiva os fatores 1 e 4 da EMEP e os traços de socialização e realização. O fator 1 refere-se ao *coping* focado no problema que, condiz com o sujeito ter capacidade de enfrentar e aceitar determinada situação. A relação com a busca de apoio social (fator 4 da EMEP), pode ser justificada pelo fato de que admitir e enfrentar o problema, condiz com a descrição do traço de realização do BFP, onde implica ambição, organização e capacidade para atingir metas.

Ainda referente às correlações positivas dos traços de realização e socialização, a estratégia de *coping* focada na busca por suporte social, indica que pessoas com alto escore destas escalas, tendem a estar se relacionando com outras pessoas para obter alívio emocional. Assim como, obter maior informação sobre o problema em questão, e estar agindo para minimizar o sofrimento emocional, diante dele. Pessoas com alto índice de socialização estão propensas a confiarem nos demais, dificilmente viabilizando más intenções, além de enfatizarem o lado positivo acerca das situações. De acordo com estudo realizado por Silva (2005), sobre o processo de enfrentamento no período de pós-tratamento do câncer de mama, o fator busca por suporte social da EMEP, é dividido em três tipos. Busca ativa por apoio emocional; medida a qual a pessoa deseja apoio de outras pessoas e a preocupação com espaços onde possa liberar as emoções presentes diante de uma situação de estresse.

A estratégia de enfrentamento focada na busca de suporte social, segundo Oliveira (2009), seria uma forma de já estar enfrentando o problema. Isso pode justificar a correlação positiva do fator 1 e do fator 4 da EMEP, onde indica que em pessoas com alto escore desta escala em seu perfil, tendem a buscar suporte social para enfrentar seus problemas. Confiando facilmente nos demais, talvez seja mais fácil, a busca de outras pessoas para conversar e pedir ajuda, ocasionando alívio emocional, ou até mesmo resolução frente ao problema.

Ainda referente ao estudo de Oliveira (2009), os transtornos da personalidade que correlacionaram com a estratégia focada na interação social, foram o transtorno da personalidade histriônica, e igualmente o transtorno da personalidade passivo-agressivo (também correlacionado em maior propensão a utilização de estratégias focadas na emoção). Além disso, constatou-se nesta mesma pesquisa, que a estratégia de *coping* referente à busca de apoio social, consiste na inteiração de pessoas do seu círculo social, para alívio da situação de estresse.

A técnica de resolução de problemas também é considerada como uma estratégia de *coping*. Predispondo de um planejamento frente a quadros de estresse, o indivíduo modifica suas ações diante do problema, resolvendo a situação e lidando com pressões sociais e ambientais. Ocasionalmente assim, a diminuição ou eliminação do evento estressor (Damião *et al.*, 2009). Em pesquisa correlacional entre bem estar psicológico e inteligência emocional, foi constatado que pessoas altamente motivadas para lidar com situações de dificuldade, possuem elevados senso de crescimento pessoal, de propósito

de vida e de controle sobre o ambiente. Pessoas assim tendem a ter maior ação diante de problemas (Neri & Queroz, 2005).

Não obtivemos correlações significativas entre a estratégia de busca por suporte religioso/ pensamento fantasioso e os traços de personalidade do BFP. O que pode vir a estar relacionado com a idade e o gênero desta amostra. Onde prevalece uma população mais jovem para esta amostra de estudo, com  $M= 27,82$  ( $DP=9, 21$ ). Em um estudo realizado com homens e mulheres e estratégias de enfrentamento diante do HIV (Seidl, 2005), foi constatado que a busca por práticas religiosas como estratégia de *coping*, esteve mais relacionada com as respostas dadas por mulheres, e com pessoas de níveis de escolaridade mais baixas, do que por homens que participaram da pesquisa em questão.

### Considerações finais

Este estudo analisou as relações existentes entre estratégias de *coping* e traços de personalidade, encontrando evidências importantes, para melhor compreensão do psiquismo humano. As correlações positivas entre o traço de neuroticismo e a estratégia de *coping* focada na emoção afirmam que pessoas de baixa autoestima, e com tendência a evidenciar maior leque de emoções negativas do que positivas, são mais propensas a evitar o problema ao invés de enfrentá-lo. Tal estratégia condiz com o traço aqui descrito, onde pessoas com perfis de alto escore no traço neuroticismo tendem a impulsividade.

A única correlação inversa que este estudo obteve foi a do traço de socialização com o *coping* focado na emoção. O que nos leva a pensar que, as estratégias de evitar o problema, ou agir com impulsividade diante dele, referem-se ao fato do indivíduo não ser sociável, podendo levar até a um déficit de habilidades sociais. Referente à correlação positiva desta estratégia, com o traço de neuroticismo, tal estratégia justifica a descrição deste perfil, onde pessoas com alto índice de neuroticismo vivenciam mais emoções negativas, fazendo uma leitura ameaçadora dos contextos em que estão inseridas. A probabilidade de altos índices de neuroticismo estar relacionada a afetos negativos, déficit de habilidades sociais, e evitação diante do problema fica implícita neste estudo. Abrindo sugestões para novas pesquisas a respeito da influencia de emoções e afetos negativos no traço de neuroticismo, assim como na estratégia de enfrentamento focalizada na emoção e na falta de habilidade social que pode estar inserida em ambos.

Como resultados deste estudo, obtiveram correlações significativas com traços de personalidade e estratégias de enfrentamento. Sugerem-se, estudos mais amplos como continuidade deste estudo, sobre como as emoções podem influenciar nessas estratégias de enfrentamento, na personalidade, e em como a presença, ou falta de habilidades sociais podem estar relacionadas em lidar ou esquivar-se dos problemas. Além de em como estilos de *coping*, podem estar inseridos em diferentes tipos de perfis, relacionados à personalidade.

Não foram obtidas correlações significativas com a estratégia de busca por suporte religioso/pensamento fantasioso (fator 3 da EMEP), com nenhum dos traços do BFP. Sugerindo que novos estudos possam ser explorados, a respeito desta estratégia de enfrentamento. Onde variáveis como idade, podem estar associadas aos resultados obtidos

neste estudo, onde obteve média de 27,82 (DP=9,21). Embora tenhamos resultados significativos diante das correlações apresentadas, a não correlação da estratégia de enfrentamento focada na busca por suporte religioso/ou pensamento fantasioso nos chamou a atenção. Recomenda-se uma população maior para estudo, e uma comparação desta pesquisa com uma amostra feminina, o que provavelmente obteria resultados diferenciados, do que a população masculina. A também não correlação entre o traço abertura de ideias com os fatores da EMEP pode igualmente, estar justificada devido a gênero, idade, e região da amostra executada.

### Referências

- Antoniazzi, A. S., Dell'Aglio, D. D. & Bandeira, D. D. (1998). O conceito de coping: uma revisão teórica. *Estudos de psicologia*, 3(2), 273-294.
- Barlach, L., Limongi-Franca, A. C. & Malvezzi, S. (2008). O conceito de resiliência aplicado ao trabalho nas organizações. *Interam. J. Psychol.*, 42(1), 97-123.
- Bartholomeu, D., Carvalho, L. F., Silva, M. C. R., Miguel, F. K. & Machado, A. A. (2011) Aceitação e rejeição entre pares e habilidades sociais em universitários. *Estud. Psicol.*, 16(2), 34-45.
- Bueno, J. M. H. & Miguel, S. P. (2011). Habilidades sociais e estratégias de enfrentamento: um estudo correlacional. Artigo como base para trabalho de conclusão de curso. Acessado em: <20 de setembro de 2012> Disponível em: <<http://www.psicologia.pt/artigos/textos/a0578.pdf>>.
- Bueno, J. M. H., Oliveira, S. M. S. S. & Oliveira, J. C. S. (2001). Um estudo correlacional entre habilidades sociais e traços de personalidade. *Psico-usf*, 6(1), 43-51.
- Campbell, J. B., Hall, S. H. & Llindzey, G. (2008). Teorias da personalidade. São paulo: artmed, 2008.
- Carver, C. S. & Connor-smith, J. (2009). Personality and coping. *Annual review of psychology*, 61(3), 679-704.
- Damião, E. B. C., Rossato, L. M., Fabri, L. R. O. & Dias, V. C. (2009). Inventário de estratégias de enfrentamento: um referencial teórico. *Rev. Esc. Enferm.*, 43(2), 1199-1203.
- Dias, J. B. (2011) A influência do estresse na qualidade de vida do policial militar. Acessado em: 07 de novembro de 2012>. Disponível em: <<http://hdl.handle.net/10483/2993>>.
- Diniz, S. S. (2009). A influência dos traços de personalidade na escolha de estratégias de coping em adolescentes. Dissertação (mestrado em psicologia). Programa de pós-graduação em Psicologia da Universidade Católica de Goiás. Acessado em: < 04 de maio de 2012> Disponível em: <<http://www.rcaap.pt/detail.jsp?id=urn:repositorio:ibict.br:oi:ucg.br:596>>.
- Diniz, S. S. & Zanini, D. S. (2010). Relação entre fatores de personalidade e estratégias de coping em adolescentes. *Psico-usf*, 15(1), 162-189.
- Eschenbeck, H.; Kohlman, C. W.; Lohaus, A. (2007) Gender differences in coping strategies in children and adolescents. *Journal of Individual Differences*, 28(1), 18-26.

- Faro, A. & Pereira, M. E. (2012). Estresse, atribuição de causalidade e valência emocional: revisão da literatura. *Arquivos brasileiros de psicologia*, 64(2), 216-239.
- Folkman, S. (1984). Personal control and stress and coping processes: a theoretical analysis. *Journal of personality and social psychology*, 46(1), 839-852.
- Folkman, S. & Moskowitz, J. (2000). Positive affect and the other side of coping. *American psychologist*, 55(6), 286-305.
- Gazzaniga, M. S. & Heatherton, T. F. (2005). Ciência psicológica: mente, cérebro e comportamento. São paulo: artmed, 2005.
- Gimenes, M. G. G. & Queiroz, B. (1997). As diferentes fases de enfrentamento durante o primeiro ano após a mastectomia. Em M. G. G. Gimenes & M. H. Fávero (Orgs). *A mulher e o câncer* (pp. 171-195). Campinas: Editorial Psy.
- Goncalves, E. S. & Murta, S. G. (2008). Avaliação dos efeitos de uma modalidade de treinamento de habilidades sociais para crianças. *Psicol. Reflex. Crit.*, 21(3), 81-102.
- Goncalves, T. R., Pawlowski, J., Bandeira, D. R. & Piccinini, C. A. (2011) Avaliação de apoio social em estudos brasileiros: aspectos conceituais e instrumentos. *Ciênc. Saúde coletiva*, 16(3), 132-156.
- Goldberg, L. R. (1981) Language and individual differences: the search for universals in personality lexicons. In L. Wheeler (ed.), *Review of personality and social psychology*: vol. 2 (pp. 141-165). Beverly Hills, CA: Sage
- Hutz, C. S., Nunes, C. H. S. S. & Nunes, M. F. O. (2010). Bateria fatorial de personalidade (bfp). São paulo, SP: casa do psicólogo.
- John, O. P. & Lawrence, A. P. (2004). Personalidade teoria e prática. São paulo: artmed, 2004.
- Krum, F. M. B. & Bandeira, D. R. (2008). Enfrentamento de desastres naturais: o uso de um coping coletivo. *Paidéia*, 18(39), 69-88.
- Lazarus, S. & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. New york: Springer.
- Legal, E. J., Machado, N. & Taboada, N. G. (2006). Resiliência: em busca de um conceito. *Revista brasileira de crescimento e desenvolvimento humano*, 16(3), 112-134.
- Lipp, M. E. & Oliveira, J. (2009). Resiliência e controle do stress em juízes e servidores públicos. *Acad. Paul. Psicol*, 29(2), 151-172.
- Neri, A. & Queros, N. (2005). Bem-estar psicológico e inteligência emocional entre homens e mulheres na meia-idade e na velhice. *Psicol. Reflex. Crit*, 18(2), 74-91.
- Oliveira, D. S. (2009). Relações entre perfis cognitivos de personalidade e estratégia de coping em adultos. 2009. Dissertação (mestrado em psicologia). Programa de pós-graduação em Psicologia da Universidade Federal de Uberlândia.
- Pedromonico, M. R. M. & Sapienza, G. (2005). Risco, proteção e resiliência no desenvolvimento da criança e do adolescente. *Psicol. Estud.*, 10(2), 22-51.
- Reeve, J. (2006). *Motivação e emoção*. Rio de Janeiro: LTC.
- Saklofske, D. H., Austin, E. J., Galloway, J. & Davidson, K. (2007). Individual difference correlates of health-related behaviours: preliminary evidence for links between emotional intelligence and coping. *Personality and individual differences*, 23(42), 491-502.

- Santos, S. A. (2005). Raciocínio emocional e regulação afetiva numa perspectiva desenvolvimental na infância. Dissertação (mestrado em psicologia). Programa de pós graduação em Psicologia da Universidade Federal de Uberlândia. Acessado em: <08 de novembro de 2012>. Disponível em: <[http://www.webposgrad.propp.ufu.br/ppg/producao\\_detalhe.php?codigoproducao=53&posgraduacao=4](http://www.webposgrad.propp.ufu.br/ppg/producao_detalhe.php?codigoproducao=53&posgraduacao=4)>.
- Seidl, E. M. F. (2005). Enfrentamento, aspectos clínicos e sociodemográficos de pessoas vivendo com HIV/aids. *Psicologia em Estudo*, 10(3), 421-429.
- Seidl, E. M. F., Tróccoli, B. T. & Zannon, C. M. L. C. (2001). Análise fatorial de uma medida de estratégias de enfrentamento. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 17(1), 225-234.
- Saudino, J. K. & Wang, M. (2011). Emotion regulation and stress. *Journal of adult development*, 18(2), 59-73.
- Silva, G. (2005). Processo de enfrentamento no período pós-tratamento do câncer de mama. Tese (mestrado em psicologia). Programa de pós-graduação em Psicologia da Universidade de São Paulo. Ribeirão preto.
- Tomaz, R. (2008). Personalidade e coping em pacientes diagnosticados com transtornos alimentares e obesidade. Tese (mestrado em psicologia). Programa de pós-graduação em Psicologia da Universidade Católica de Goiás. Acessado em: <29 de abril de 2012>. Disponível em: <[http://tede.biblioteca.ucg.br/tde\\_arquivos/11/tde-2008-11-21t131026z-523/publico/renata%20tomaz.pdf](http://tede.biblioteca.ucg.br/tde_arquivos/11/tde-2008-11-21t131026z-523/publico/renata%20tomaz.pdf)>.

---

**Recebido em outubro de 2013**

**Aceito em maio de 2014**

---

**Tuani Bertamoni:** Graduada em Psicologia pela Unisinos.

**Guilherme Ebert:** Especialista em Terapias Cognitivo-Comportamentais pelo INFAPA e Graduado em Psicologia pela Unisinos.

**Vinícius Guimarães Dornelles:** Mestre em Psicologia – na área de concentração de Cognição Humana – pela PUCRS, Especialista em Terapias Cognitivo-Comportamentais e Graduado em Psicologia pela PUCRS.

**Endereço para contato:** [vinicius.dornelles@gmail.com](mailto:vinicius.dornelles@gmail.com)