



**ESTRATÉGIAS DE COPING NOS ALUNOS DO 12º ANO: ADAPTAÇÃO E
VALIDAÇÃO DA VERSÃO PORTUGUESA DO ADOLESCENT - COPING
ORIENTATION FOR PROBLEM EXPERIENCES**

**COPING STRATEGIES IN 12TH GRADERS: ADAPTATION AND VALIDATION
OF PORTUGUESE VERSION OF ADOLESCENT - COPING ORIENTATION
FOR PROBLEM EXPERIENCES**

Cândida SILVA & Susana CAIRES
Universidade do Minho (Portugal)

Data de recepción: 18/07/2010
Data de aceptación: 16/02/2011

RESUMO

A adolescência encerra um conjunto de tarefas desenvolvimentais determinantes para a identidade do adolescente e para a delimitação do seu percurso, pessoal, académico e/ou profissional. As mudanças normativas desta etapa colocam um conjunto de exigências de reorganização (interna e externa) que o adolescente terá que realizar rumo à idade adulta. Entre os alunos do 12º ano, um novo conjunto de expectativas se colocam relativamente ao seu sentido de responsabilidade, autonomia e capacidade para tomar decisões quanto ao seu futuro académico, profissional e/ou pessoal. O confronto com as mesmas poderá gerar dificuldades acrescidas, exigindo a mobilização de recursos que permitam a sua superação.

Procurando conhecer as estratégias mais frequentemente utilizadas pelos alunos do 12º ano para fazer face às dificuldades e exigências do seu quotidiano procedeu-se à adaptação e validação do *Adolescent - Coping Orientation for Problem Experiences* (McCubbin & Patterson, 1983) para a população portuguesa. O estudo de validação envolveu 341 alunos de 3 escolas do Norte do País sendo que os resultados obtidos na apreciação das características métricas da versão traduzida e adaptada para a população portuguesa deram a conhecer uma estrutura factorial de 8 dimensões, com índices de consistência interna (*alpha de Cronbach*) entre .62 e .81.

PALAVRAS-CHAVE: adolescência, 12º ano de escolaridade, avaliação estratégias de coping.

ABSTRACT:

Adolescence contains a number of developmental tasks determinants for the adolescent identity and to the delineation of his journey, personal, professional and/or academic. Regulatory changes of this step places a set of requirements of reorganization (internal and external) that the adolescent has to perform towards adulthood. Among students of the 12th grade, a new set of expectations arise regarding their sense of responsibility, autonomy and ability to make decisions about their future academic, professional and/or personal. These demands may lead to difficulties, requiring mobilization of resources to overcome them. In order to access the strategies more frequently used by students of the 12th grade to cope with their everyday lives difficulties and needs, this study intends to adapt and validate the Adolescent-Coping Orientation for Problem Experiences (McCubbin & Patterson, 1983) for the Portuguese population. The validation process involved the participation of 341 12th graders from three schools from the North of Portugal. Results gathered in the evaluation of the metrical features from the translated and adapted version to the Portuguese population showed a factorial structured with 8 dimensions with values of internal consistency (*Alpha Cronbach*) between .62 and .81.

KEY-WORDS: adolescence, 12th grade, evaluation of *coping strategies*.

INTRODUÇÃO

A adolescência constitui uma etapa do desenvolvimento humano crucial para o crescimento e maturação física e psicológica dos indivíduos, caracterizando-se pela realização de várias tarefas que envolvem acções reorganizativas, internas e externas, que o adolescente deverá experienciar para atingir a idade adulta (Ribeiro, 2008). Segundo Fonseca (2005)

são quatro as tarefas centrais desta etapa: (i) a autonomia face aos pais e à família; (ii) os projectos de futuro; (iii) o desenvolvimento da sexualidade; e (iii) o desenvolvimento de uma auto – imagem positiva, as quais decorrem das transformações no domínio físico, cognitivo, identitário e sócio – emocional. Dados os múltiplos processos de mudança e adaptação em curso, esta poderá ser uma etapa marcada pelo sentimento de alguma vulnerabilidade e a experiência de *stress*, afectando o equilíbrio psicológico do adolescente (Bizarro, 1999; Sprinthall & Colins, 2003; Silva, 2009).

Entre os estudantes do 12º ano - o alvo do presente estudo -, a aproximação do término do Ensino Secundário coloca desafios acrescidos. Nesta “antecâmara” entre o Mundo Adulto e a Vida Activa, ou, o Ensino Superior, são várias as decisões que terão que tomar a breve trecho, com implicações significativas no seu percurso actual e futuro. A escolha de um curso (caso opte pelo Ensino Superior); a procura de emprego (se escolher a inserção na Vida Activa); a autonomização e afastamento relativamente ao núcleo familiar e grupo de pares que algumas destas transições implicam; ou, a conciliação das suas escolhas com os compromissos sociais e pessoais, ou, com as expectativas dos outros (e.g. dos pais, família alargada, amigos/namorados, professores), são alguns dos desafios que passam a integrar o quotidiano destes jovens. A forma com que tais desafios são confrontados (estratégias de confronto, recursos mobilizados), poderá ter impacto no bem-estar destes jovens e no modo como poderão vir a encarar as tarefas e desafios desenvolvimentais futuros. Pelo que, julga-se da maior pertinência conhecer que esforços (cognitivos e comportamentais) são mobilizados por estes adolescentes para enfrentar (reduzir, minimizar ou tolerar) as exigências internas ou externas resultantes da sua interacção com os mesmos: aquilo que Lazarus & Folkman (1984, 1986) designaram de “*coping*”.

COPING

À luz da teoria transaccional de Lazarus & Folkman (1984, 1986), o processo de *coping* é iniciado em resposta à avaliação, pelo indivíduo, de que as exigências do meio excedem os seus recursos (internos e/ou externos). No que diz respeito às funções do *coping*, Lazarus e Folkman definiram duas categorias: (i) *coping* centrado no problema e (ii) *coping* centrado na emoção. O *coping* centrado no problema envolve esforços para reduzir ou eliminar as fontes de *stress*, ou seja, alterar o problema que causa a situação de *stress* ou expandir os recursos para lidar com a mesma. Neste tipo de *coping*, as estratégias adoptadas são predominantemente direccionadas para (1) a definição do problema, (2) o gerar de soluções alternativas e (3) a análise em termos de custos/benefícios para uma consequente selecção e acção sobre a situação. As estratégias adoptadas podem traduzir-se em termos de: (1) um aumento do esforço e/ou focalização no problema (adiando outras actividades); (2) o planeamento de uma estratégia de confronto (desenvolvimento de planos de acção realistas que são postos em prática isoladamente ou com a ajuda de outros); e/ou (3) a procura de informação, conselhos ou ajuda para resolver o problema, explicar a fonte de *stress* ou impedir a sua recorrência (Carr, 2004; Gauvin & Spence, 1998; Holt & Hogg, 2002).

No que se refere ao *coping* centrado na emoção, este inclui estratégias cujo objectivo não é modificar directamente a situação actual, mas sim, regular a resposta emocional a um problema, ou seja; os estados emocionais despoletados pelo confronto com o *stressor* (Carver, Scheier & Weintraub, 1989; Edwards, 1999; Endler & Parker, 1990). Tal regulação é feita através da reinterpretção ou reenquadramento do evento stressante (Gauvin & Spence, 1998) ou pela atenção selectiva a aspectos positivos do *self* ou da situação (Parkes, 1990). O *coping* centrado na emoção abrange estratégias como a procura de apoio social (de

pessoas em quem o indivíduo confia e a quem possa confidenciar as suas emoções e sentimentos); reavaliação e reestruturação cognitiva da situação (ex: “olhar” para o problema de uma perspectiva humorística); relaxamento, meditação ou exercício físico; minimização, distanciamento, atenção selectiva, negação da situação, evitamento atencional, desinvestimento mental e comportamental; procura de apoio religioso e espiritual; ventilação de emoções; auto – culpabilização; fantasias, consumo de álcool e/ou drogas; ou comportamentos agressivos (Carr, 2004; Gauvin & Spence, 1998; Holt & Hogg, 2002; Endler & Parker, 1996; McCubbin & Patterson, 1983). Outras conceptualizações existem para além das propostas por Lazarus e Folkman (1984, 1986). Esta é, no entanto, a grelha que deu suporte aos investimentos realizados no âmbito do estudo desenvolvido.

Para Lazarus e Folkman (1984, 1986), o uso de estratégias de *coping* centradas no problema ou na emoção dependerá da avaliação da situação *stressora*. O *coping* centrado no problema é mais passível de ser utilizado em condições ambientais avaliadas como controláveis e passíveis de mudança (Edwards, 1999; Lazarus & Folkman, 1984, 1986). Por seu lado, o *coping* centrado na emoção tende a ser utilizado em situações avaliadas como não modificáveis, ou seja, em que nada pode ser feito para mudar as condições ambientais percebidas como nocivas, ameaçadoras ou desafiadoras (Edwards, 1999; Lazarus & Folkman, 1984, 1986; Parkes, 1990).

Numa tentativa de conhecer as estratégias de *coping* mais frequentemente utilizadas pelos alunos do 12º ano portugueses, no confronto com os vários desafios e exigências colocadas nesta etapa do seu percurso pessoal e académico, as autoras desenvolveram um estudo cujo principal contributo se traduziu na adaptação e validação do *Adolescent - Coping Orientation for Problem Experiences* (McCubbin & Patterson, 1983) para a população

portuguesa: o *Inventário de Estratégias de Coping dos Adolescentes face a Experiências Problemáticas* (IECAEP, Silva & Caires, 2009). É objectivo central deste trabalho dar a conhecer as características métricas de instrumento, bem como analisar as potencialidades e limitações encerradas pelo mesmo.

MÉTODO

PARTICIPANTES

O estudo de validação do IECAEP contou com a participação 341 alunos do 12º ano

de escolaridade, frequentando cursos da área Científico - Humanística do Ensino Secundário: Ciências e Tecnologias (CT); Ciências Sócio – Económicas (SE); Ciências Sociais e Humanas (SH) e Artes Visuais (AV). Os alunos são provenientes de três escolas secundárias da Zona Norte do País, duas pertencentes ao distrito do Porto (uma privada e outra pública) e uma ao distrito de Braga (pública), procurando-se garantir a heterogeneidade sócio – económica dos estudantes. No Quadro I procede-se à caracterização do grupo de participantes, tendo em consideração o curso frequentado e a sua distribuição por sexo e idade.

Quadro I. Características dos participantes segundo área curso, sexo e idade

Curso	Sexo			Idade		
		N	%	Média	DP	Min -Max
Ciências e Tecnologias (N=239)	Masculino	100	41.8	17.52	.61	17-20
	Feminino	139	58.2	17.61	.70	17-20
Ciências Sócio – Económicas (N=17)	Masculino	7	41.2	17.14	.38	17-18
	Feminino	10	58.8	17.40	.52	17-18
Ciências Sociais e Humanas (N=27)	Masculino	6	22.2	17.83	1.17	17-20
	Feminino	21	77.8	17.62	.59	17-19
Artes Visuais (N=58)	Masculino	21	36.2	17.53	.75	17-19
	Feminino	37	63.8	17.38	.49	17-18
Total (N=341)	Masculino	134	39.3	17.5	.65	17-20
	Feminino	207	60.7			

Os dados do quadro I dão a conhecer um grupo maioritariamente feminino (60,7%), sendo tal desfasamento visível em todos os cursos. No que se refere ao leque de idades, este varia entre o valor mínimo de 17 anos e o máximo de 20, situando-se a média nos 17,5 anos. Relativamente à média das idades em função do curso, esta é superior nos alunos de Ciências Sociais e Humanas, embora com maior variabilidade na área de Ciências e Tecnologias (17-20).

INSTRUMENTO

A versão original do *Adolescent - Coping Orientation for Problem Experiences* é da au-

toria de McCubbin e Patterson (1983), e foi construído com o objectivo de identificar os comportamentos e cognições a que os adolescentes recorrem aquando do confronto com situações percebidas como problemáticas ou difíceis. O *A-COPE* é constituído por 54 itens, organizados em torno de uma escala *likert* de 5 pontos, medindo a frequência do recurso, pelos adolescentes, às estratégias em análise: 1 – *Nunca*, 2 – *Quase Nunca*, 3 – *Algumas Vezes*, 4 – *Muitas Vezes*, 5 – *Quase Sempre*. No quadro II apresentam-se as dimensões de *coping* que compõem o *A-COPE*, procedendo-se à sumária descrição dos seus conteúdos/âmbito, número de itens e características métricas.

Quadro II. Características do Inventário *A-COPE*

Dimensão	Descrição	Itens	Alpha Cronbach
1. Ventilação de sentimentos	Expressão de frustrações e tensões através de comportamentos como gritar, culpar os outros	19, 22, 26, 28, 49, 51	.75
2. Procura de distrações	Envolve os esforços em se manter ocupado/a e distante das fontes de stress, como sejam, dormir, ver televisão ou ler	2, 9, 11, 33, 37, 43, 48, 53	.75
3. Desenvolvimento da auto – confiança e do optimismo	Abrange os esforços directos em ser mais organizado/a e responsável pela situação, como por exemplo organizar a vida ou tomar as suas próprias decisões	15, 25, 32, 40, 45, 47	.69
4. Desenvolvimento do suporte – social	Envolve os esforços em se manter ligado/a emocionalmente com outras pessoas através da mútua ajuda na resolução dos problemas e da expressão de sentimentos. Exemplo falar com amigos sobre os seus próprios sentimentos	4, 14, 18, 30, 35, 52	.75
5. Resolução dos problemas familiares	Centra-se em esforços na resolução de situações complicadas com membros da família e na redução da tensão decorrente das solicitações e regras parentais	1, 12, 31, 39, 41, 50	.71
6. Evitamento dos problemas	Implica o uso de substâncias como forma de fugir à situação stressante (beber, fumar) ou o evitamento de pessoas e assuntos que causam os problemas. Exemplo manter-se longe de casa	8, 24, 36, 42, 46	.71
7. Procura de apoio espiritual	Envolve comportamentos religiosos como rezar, ir à igreja	21, 23, 44	.72
8. Investimento em amigos próximos	Inclui a procura de proximidade e compreensão da parte de um par, como por exemplo estar com o namorado/a	16, 29	.76
9. Procura de apoio profissional	Consiste na procura de ajuda e aconselhamento da parte de um profissional	6, 34	.50
10. Envolvimento em actividades exigentes	Implica o envolvimento em actividades desafiantes e exigentes como por exemplo empenhar-se mais nos trabalhos da escola	10, 13, 27, 54	.67
11. Recurso ao humor	Refere-se a não considerar a situação tão grave, brincando com a mesma	3, 20	.72
12. Relaxamento	Inclui formas de reduzir a tensão, como é o caso de ouvir música	5, 7, 17, 38	.60

O processo de adaptação e validação do *A-COPE* passou, em primeiro lugar, pelo contacto com os seus autores, numa tentativa de recolher informação adicional sobre o instrumento e pedir autorização para a sua tradução e adaptação à população portuguesa. Uma vez contornada esta etapa, procedeu-se à tradução do *A-COPE*, passando a ser designado de *Estratégias de Coping dos Adolescentes face a Experiências Problemáticas* (IECAEP). Uma primeira versão foi, então, aplicada a dois grupos de 4 alunos (cada) para reflexão falada, no sentido de se observarem dúvidas na compreensão e no conteúdo semântico das questões, bem como o respeito pela equivalência cultural. Deste procedimento resultaram pequenas alterações ao nível da redacção de alguns itens, decorrentes de algumas diferenças culturais.

PROCEDIMENTOS

Aquando da aplicação do IECAEP todos os alunos foram devidamente esclarecidos sobre o âmbito e objectivos do estudo, bem como do seu carácter voluntário, anónimo e confidencial. A aplicação do instrumento ficou a cargo dos professores da disciplina de Área de Projecto, com a orientação dos psicólogos das respectivas escolas. A opção por esta disciplina deveu-se à tentativa de minimizar qualquer transtorno decorrente da ocupação do período de aulas.

RESULTADOS

Os 54 itens do IECAEP foram submetidos a uma Análise de Componentes Principais (ACP), precedida pela averiguação da adequabilidade dos dados para efeitos desta análise. A verificação da matriz de correlações revelou coeficientes com valor $\geq .30$. O valor de *Kaiser-Meyer-Olkin* foi de $.76$, e o Teste *Bartlett* de esfericidade atingiu a significância estatística ($p < .001$), apoiando a factoriabilidade da matriz de correlação. De igual modo, procedeu-se a uma abordagem exploratória para testar várias soluções abrangendo um diferente número de factores.

A ACP inicial revelou a presença de 15 componentes com valores - próprios superiores a 1, explicando 62.5% da variância. Uma apreciação da *screeplot* (teste de Catell) revelou uma quebra depois do 2º factor. Adicionalmente, a Análise Paralela revelou a existência de 8 componentes com valores - próprios excedendo o critério dos valores correspondentes para uma matriz de dados do mesmo tamanho e aleatoriamente gerada (54 variáveis x 341 sujeitos, cf. Pallant, 2007). Mediante as diferentes alternativas apresentadas, decidiu-se por uma solução de 8 factores, explicando um total de 46,5% da variância. Para ajudar na interpretação desta solução foi realizada uma rotação *varimax*.

Nos quadros III a X procede-se à análise da consistência interna de cada um dos 8 factores emergidos.

Quadro III . Factor 1 – “Apoio Familiar”

Nº/Item	Média	DP	Min - Max	<i>ritc</i>	Saturação	<i>Alpha s/ item</i>
1. Sigo os conselhos e regras dos meus pais	3,02	,959	1-5	,362	,187	,787
12. Tento falar com os meus pais no sentido de chegar a uma solução	2,66	1,178	1-5	,676	,544	,729
22. Desanuvio, queixando-me a alguém da minha família	2,01	1,118	1-5	,432	,217	,777
31. Falo com a minha mãe sobre o que me preocupa	2,71	1,322	1-5	,676	,548	,726
39. Falo com o meu/minha irmão/irmã sobre o que estou a sentir	1,99	1,198	1-5	,418	,195	,781
41. Participo em actividades com a minha família	2,36	1,056	1-5	,472	,243	,770
50. Falo com o meu pai sobre o que me preocupa	1,97	1,143	1-5	,574	,340	,751
Variância Explicada= 13.5%			Alpha de Chronbach=: .79			

A distribuição das respostas aos itens deste primeiro factor revela a sua concentração nos valores mais baixos da distribuição de 5 pontos (entre 1.97 e 3.02), estando os valores do Desvio-Padrão (DP) muito próximos do valor recomendado. No que toca à consistência interna desta

subescala, o valor de *alpha* é bastante satisfatório (.79) o mesmo ocorrendo em relação aos índices de *correlação item x total corrigido* que oscilam entre .36 e .68. Tais valores permitem-nos concluir pela consistência interna deste factor, bem como pela validade interna dos seus itens.

Quadro IV . Factor 2 – “Procura de apoio fora da família”

Nº/Item	Média	DP	Min - Max	<i>ritc</i>	Saturação	<i>Alpha s/item</i>
4. Peço desculpas às pessoas	3,32	1,154	1-5	,369	,173	,736
15. Tento pensar nas coisas boas da minha vida	3,40	1,057	1-5	,459	,245	,716
18. Tento ser simpático/a, dizer coisas agradáveis às outras pessoas	2,84	1,091	1-5	,480	,296	,711
29. Procuo estar com alguém de quem gosto	3,86	1,152	1-5	,469	,248	,713
30. Tento ajudar os outros a resolver os seus problemas	3,23	1,137	1-5	,533	,296	,698
35. Tento preservar os meus amigos ou fazer novas amizades	3,49	1,162	1-5	,493	,291	,707
52. Falo com um amigo sobre o modo como me sinto	3,07	1,173	1-5	,422	,260	,724
Variância Explicada= 7,4%			Alpha de Chronbach= .75			

Neste segundo factor, o valor do *alpha de Cronbach* .75 é satisfatório. O mesmo se verifica ao nível da validade interna dos seus itens, cujo valor de *ritc* varia entre 37 e .53. Analisando a dispersão das respostas aos diferen-

tes itens, verifica-se a oscilação da sua média entre os valores 2.84 e 3.86, concentrando-se em torno do ponto 3. No que se refere aos DP, estes apresentam valores aceitáveis.

Quadro V. Factor 3 – “Consumos”

Nº/Item	Média	DP	Min - Max	<i>ritc</i>	Saturação	<i>Alpha s/item</i>
24. Consumo drogas (não receitadas pelo médico)	1,36	,998	1-5	,649	,440	,701
26. Digo palavrões	2,76	1,261	1-5	,449	,206	,806
46. Bebo bebidas alcoólicas (ex: cerveja, vinho, etc.)	1,75	1,122	1-5	,633	,430	,702
Variância Explicada= 7.1%		Alpha de Chronbach=.78				

Analisando a consistência interna deste terceiro factor, verifica-se que o seu valor inicial (*alpha*=.78) ascende para .81 se o item 26 (“Digo palavrões”) for eliminado. Relativamente à validade interna dos itens, à excepção deste último, todos apresentam um valor bastante satisfatório. Dado o teor deste item (desfasado dos 3 restantes) e as suas caracte-

rísticas métricas, optou-se pela sua eliminação. No que toca à dispersão das respostas, é de salientar a tendência do seu valor aquém do ponto 2 e um DP aproximado de 1. Alguma da (in)desejabilidade social associada ao conteúdo dos itens poderá justificar, pelo menos parcialmente, as baixas médias registadas nos 3 itens desta subescala.

Quadro VI. Factor 4 – “Evitamento e abstracção”

Nº/Item	Média	DP	Min - Max	<i>ritc</i>	Saturação	<i>Alpha s/item</i>
7. Como	3,08	1,312	1-5	,431	,209	,642
8. Tento estar o mais tempo possível fora de casa	2,88	1,181	1-5	,320	,177	,668
11. Vou às compras, compro coisas de que gosto	2,31	1,227	1-5	,477	,261	,630
17. Vou dar uma volta (a pé; de carro; de mota; de bicicleta; etc.)	3,13	1,120	1-5	,335	,163	,664
37. Vou ao cinema	2,28	1,122	1-5	,439	,272	,641
43. Vejo televisão	3,46	1,058	1-5	,339	,184	,664
48. Durmo	3,11	1,291	1-5	,378	,173	,655
51. Desanuvio, queixando-me aos meus amigos	2,61	1,113	1-5	,281	,095	,676
Variância Explicada= 4.8%		Alpha de Chronbach= .69				

A consistência interna do quarto factor encontra-se no limiar do valor recomendado (*alpha* de .69). Os valores de *ritc* ficam, também, um pouco aquém do observado nos itens das subescalas anteriores (entre .28 e .48), muito

embora dentro de valores aceitáveis ($>.20$). Relativamente à dispersão das respostas nos diferentes itens, esta é satisfatória, girando em torno do ponto 3 e aproximando-se de 1 o valor dos DP.

Quadro VII. Factor 5 – “*Distracção e relativização da situação*”

Nº/Item	Média	DP	Min - Max	<i>ritc</i>	Saturação	<i>Alpha s/item</i>
3. Tento não dar muita importância e divertir-me com a situação	3,10	1,173	1-5	,421	,326	,475
14. Choro	2,56	1,407	1-5	-,322	,132	,721
20. Brinco e tento manter o sentido de humor	3,10	1,115	1-5	,488	,380	,456
33. Dedico-me a algum passatempo	3,12	1,186	1-5	,433	,331	,470
36. Digo a mim próprio/a que o problema não é importante	2,77	1,100	1-5	,424	,243	,478
45. Tento ver o lado positivo de uma situação difícil	3,27	,994	1-5	,394	,278	,493
53. Jogo vídeo - jogos (ex: Playstation, etc.); uso a internet (ex: Messenger)	3,06	1,304	1-5	,340	,187	,500
54. Envolve-me em actividades físicas (ex: atletismo, ciclismo, etc.)	2,80	1,381	1-5	,271	,238	,526
Variância Explicada= 3.8%		<i>Alpha de Chronbach=.56</i>				

Apreciando a consistência interna deste factor, verifica-se um valor inicial do *alpha* muito baixo (.56), o qual sofre um acréscimo significativo (para .72) aquando da eliminação do item 14 (“Choro”), o qual apresenta uma correlação

negativa com os restantes itens desta subescala. No que toca à dispersão das médias, estas são satisfatórias para a grande parte dos itens, muito embora o DP ascenda a valores muito superiores a 1 no caso dos itens 53 e 54.

Quadro VIII. Factor 6 – “Procura de apoio profissional e religioso/espiritual”

Nº/Item	Média	DP	Min - Max	ritc	Saturação	Alpha s/item
6. Falo com um professor ou psicólogo da escola sobre o que está a preocupar-me	1,36	,689	1-5	,335	,265	,465
9. Tomo medicação (receitada pelo médico)	1,34	,854	1-5	,321	,280	,458
10. Envolve-me em mais actividades na escola	1,62	,890	1-5	,259	,120	,474
21. Falo com um padre/catequista	1,15	,582	1-5	,369	,273	,466
23. Vou à igreja	1,47	,972	1-5	,386	,299	,431
34. Procuo ajuda profissional fora da escola (psicólogo, médico de família, etc.)	1,31	,726	1-5	,359	,316	,456
40. Procuo arranjar um emprego ou invisto mais no meu local de trabalho (caso o tenha)	1,65	1,044	1-5	,248	,104	,474
44. Rezo	1,86	2,417	1-5	,149	,052	,656
Variância Explicada= 3.7%			Alpha de Chronbach= .51			

No sexto factor verifica-se, uma vez mais, um valor inicial de *alpha* muito baixo (.51), que ascende de forma expressiva (para .66) aquando da eliminação do item 44 (“Rezo”). Apesar do acréscimo verificado, o seu valor fica, ainda, aquém do valor tido como aceitável em termos de consistência interna. Relativamente

à dispersão das respostas, o cenário é também insatisfatório, concentrando-se as médias no extremo inferior da escala (entre 1.15 e 1.86), atingindo um valor médio bastante abaixo do valor intermédio desejável. Valores igualmente insatisfatórios se observam ao nível dos DP, que, na maioria dos itens, é maior que 1.

Quadro IX. Factor 7 – “Comportamentos (verbais) agressivos”

Nº/Item	Média	DP	Min - Max	ritc	Saturação	Alpha s/ítem
19. Irrito-me e grito com as outras pessoas	2,68	1,180	1-5	,580	,380	,492
28. Culpo os outros pelo que se está a passar	1,83	,962	1-5	,397	,191	,624
38. Sonho acordado/a sobre a forma como gostava que as coisas fossem	3,32	1,270	1-5	,289	,090	,706
49. Sou irónico/a e agressivo/a no modo como falo com as pessoas	2,55	1,159	1-5	,537	,342	,526
Variância Explicada= 3.3%		Alpha de Chronbach= .66				

Neste factor verifica-se que a eliminação do item 38 (“Sonho acordado/a ...”) poderá beneficiar o *alpha* (de .66 para .71). Dado o teor do item (“desalinhado” dos restantes) e, também, os baixos níveis de saturação neste

factor, optou-se pela sua eliminação. No que toca à dispersão das respostas, esta situa-se ente os valores de 1.83 e 3.32, superando o DP, em quase todos os itens, o valor 1.

Quadro X. Factor 8 – “Resolução activa dos problemas”

Nº/Item	Média	DP	Min - Max	ritc	Saturação	Alpha s/ítem
13. Invisto em mim (na minha imagem, nas notas, etc.), tento melhorar	2,97	1,145	1-5	,370	,197	,387
25. Organizo a minha vida e as coisas que tenho que fazer	2,88	1,077	1-5	,443	,234	,352
27. Empenho-me mais nos trabalhos e/ou nos projectos da escola	2,79	2,004	1-5	,154	,073	,615
32. Tento, por mim próprio/a, descobrir o que fazer para lidar com os meus problemas ou nervosismo	3,57	1,068	1-5	,331	,222	,415
47. Tento tomar as minhas próprias decisões	3,70	,963	1-5	,228	,213	,471
Variância Explicada= 2.9%		Alpha de Chronbach= .50				

Neste último factor, uma vez mais, a eliminação de um item - o 27 (“Empenho-me mais nos trabalhos... da escola”) - faz subir, expressivamente, a consistência interna da subescala (de .50 para .62), a qual, mesmo assim, se mantém aquém do mínimo recomendado. Valores igualmente menos satisfatórios (quando comparados com factores anteriores) surgem associados aos *ritc* dos diferentes itens. Quan-

to à dispersão das respostas, o cenário é mais aceitável, aproximando-se as médias dos diferentes itens do ponto intermédio da escala e os DP do valor 1.

Saliente-se, também, as várias diferenças encontradas entre o IECAEP e a sua versão original (*A-COPE*). As várias análises realizadas ao nível das suas características métricas e as

opções tomadas em função dos seus resultados (e.g. número de factores a reter, itens eliminados) deram lugar a duas versões consideravelmente distintas quer ao nível da sua estrutura factorial (8 factores do IECAEP *versus* 12 factores do *A-COPE*), quer da sua dimensão (46 *versus* 54), quer na organização/distribuição

dos seus itens por subescala. No quadro XI, a par da apresentação das dimensões, abrangência e características métricas do IECAEP, é feita a sua correspondência em termos das subescalas do instrumento original, sintetizando-se, assim, alguns dos principais contrastes e semelhanças entre o IECAEP e o *A-COPE*.

Quadro XI. Características do IECAEP

DIMENSÃO	DESCRIÇÃO/ITENS	Correspondência às subescalas do A-COPE (instrumento original)
<p>1. Apoio Familiar (7 itens, alpha=.79)</p>	<p>Centra-se em esforços na resolução de situações de dificuldade através do apoio dos membros da família (itens: 1, 12, 22, 31, 39, 41 e 50)</p>	<p>5. Resolução de problemas familiares</p>
<p>2. Desenvolvimento das Relações interpessoais fora da família (7 itens, alpha=.75)</p>	<p>Inclui a procura de proximidade e compreensão da parte dos outros (pares, amigos, adultos) bem como a mútua ajuda na resolução dos problemas e na expressão de sentimentos (itens: 4, 15, 18, 29, 30, 35 e 52)</p>	<p>4. Desenvolvimento do suporte social 8. Investimento em amigos próximos</p>
<p>3. Consumos (3 itens, alpha=.81)</p>	<p>Implica o uso de substâncias (bebida, tabaco, drogas ilícitas) como forma de lidar com a situação (itens: 24, 42 e 46)</p>	<p>6. Evitamento dos problemas</p>
<p>4. Evitamento e abstracção (8 itens, alpha=.69)</p>	<p>Envolve os esforços em se manter ocupado/a e distante das fontes de stress (itens: 7, 8, 11, 17, 37, 43, 48 e 51)</p>	<p>2. Procura de distrações 12. Relaxamento</p>
<p>5. Distracção e relativização da situação (7 itens, alpha=.72)</p>	<p>Refere-se a estratégias que têm como objectivo minorar o significado e o impacto/tensão da situação brincando, por exemplo, com a mesma ou recorrendo a passatempos/entretenimentos (itens: 3, 20, 33, 36, 45, 53 e 54)</p>	<p>2. Procura de distrações 3. Desenvolvimento da auto – confiança e do optimismo 11. Recurso ao humor</p>
<p>6. Procura de apoio profissional e religioso/espiritual (7 itens, alpha=.66)</p>	<p>Engloba comportamentos de procura de ajuda e aconselhamento da parte de um profissional ou através de uma componente religiosa/espiritual (itens: 6, 9, 10, 21, 23, 34 e 40)</p>	<p>7. Procura de apoio espiritual 9. Procura de apoio profissional</p>
<p>7. Comportamentos (verbais) agressivos (3 itens, alpha=.71)</p>	<p>Expressão de frustrações e tensões através de comportamentos verbais susceptíveis de agredir o outro (itens: 19, 28 e 49)</p>	<p>1. Ventilação de sentimentos</p>
<p>8. Resolução activa dos problemas (4 itens, alpha=.62)</p>	<p>Envolve comportamentos activos e focalizados na situação problemática, assumindo-se como responsável pela sua resolução (itens: 13, 25, 32 e 47)</p>	<p>3. Desenvolvimento da auto – confiança e do optimismo</p>

DISCUSSÃO DOS RESULTADOS E CONCLUSÕES

A análise das características métricas do IECAEP anteriormente apresentada, permite-nos, agora, desenvolver algumas considerações sobre a sua validação. Tal como anteriormente constatado, os índices de consistência interna de algumas das subescalas/factores do IECAEP apresentavam valores bastante abaixo do limiar de .70 definido pela literatura (Almeida & Freire, 2007). A análise relativa ao contributo dos itens para a consistência interna da respectiva subescala permitiu verificar que, nalguns casos, esta beneficiava expressivamente se eliminados alguns itens. Assim, a eliminação dos itens “Digo palavras”, “Choro”, “Rezo”, “Sonho acordado/a sobre a forma como gostava que as coisas fossem” e “Empenho-me mais nos trabalhos e/ou nos projectos da escola”, das subescalas 3, 5, 6, 7, 8, respectivamente, permitiu alcançar valores de consistência interna mais favoráveis, excepto nas sexta e oitava subescala, nas quais os seus valores continuam um pouco abaixo de .70 (.66 e .62). É de salientar que três itens da versão original (“Leio”, “Procuro estar com o/a namorado/a” e “Oíço música”) foram eliminados logo na ACP, dada os seus baixos valores de correlação (<.30). Assim sendo foram eliminados, no total, 8 itens à versão original do IECAEP.

No que se refere à dispersão dos resultados, esta revelou-se indesejável nalgumas das subescalas do IECAEP, especialmente nas relativas à “Procura de apoio profissional religioso/espiritual” e “Comportamentos (verbais) agressivos”.

Relativamente às potencialidades do instrumento aqui apresentado, destacaríamos o seu contributo na identificação das estratégias de *coping* mais frequentemente utilizadas pela população em estudo; sustentadas pela literatura na área (Carr, 2004; Gauvin & Spence, 1998; Holt & Hogg, 2002; Endler & Parker,

1996; McCubbin & Patterson, 1983), e em consonância com o modelo conceptual que enquadra o presente investimento (Lazarus & Folkman, 1984, 1986). Assim, o *coping centrado no problema* e o *coping centrado na emoção* aparecem claramente retratados no IECAEP. As subescalas “Apoio familiar”, “Procura de apoio profissional e religioso” e “Resolução activa dos problemas” reportam-se ao *coping centrado no problema* - envolvendo esforços para reduzir ou eliminar as fontes de *stress* ou expandir os recursos para lidar com as mesmas. Por seu lado, as subescalas “Procura de apoio fora da família”, “Consumos”, “Evitamento e abstracção”, “Distracção e relativização da situação” e “Comportamentos (verbais) agressivos” englobam o *coping centrado na emoção*, envolvendo esforços para regular a resposta emocional a um problema.

Refira-se, também, o facto de se terem encontrado, entre as características métricas da versão portuguesa do A-COPE, uma estrutura factorial que nos parece mais adequada (menor número de factores: 8 na versão portuguesa e 12 na versão original) e com índices de consistência interna genericamente mais satisfatórios (oscilando entre .62 e .81 na versão portuguesa e entre .50 e .76 na versão original).

Saliente-se, no entanto, que apesar das potencialidades identificadas no instrumento em análise, algumas reservas ainda são colocadas a esta versão, quer no que toca às suas qualidades métricas [e.g. explicação de uma baixa percentagem da variância dos resultados (do 4º ao 8º factor: <5%); valores de dispersão indesejáveis nalgumas dos itens/subescalas; consistência interna inferior a .70 nalgumas das suas subescalas], quer a questões do foro mais empírico e conceptual. Relativamente a esta última, investimentos futuros ao nível do conteúdo, tomando, por exemplo, em consideração questões culturais (em que medida algumas das estratégias se adequam à cultura portuguesa?) e de abrangência dos itens (será que

as diferentes estratégias utilizadas pelos estudantes portugueses estão devidamente representadas?) parecem-nos da maior importância.

REFERÊNCIAS

- Almeida, L. S., & Freire, T. (2007). *Metodologia da investigação em psicologia e educação*. Braga: Psiquilibrios.
- Bizarro, L. M. (1999). *O bem – estar psicológico durante a adolescência*. Dissertação de Mestrado. Lisboa: Universidade de Lisboa.
- Carr, A. (2004). *Positive psychology: The science of happiness and human strengths*. Hove, East Sussex: Brunner – Routledge.
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 267-283.
- Edwards, D. C. (1999). *Motivation and emotion: evolutionary, physiological and social influences*. Thousand Oaks: Sage Publications, Inc.
- Endler, N. S., & Parker, J. D. (1990). Multidimensional assessment of coping: a critical evaluation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 844-854.
- Endler, N. S., & Parker, J. D. (1996). Coping and defense: A historical overview. In M. Zeidner & N. S. Endler (Orgs.). *Handbook of coping: Theory, research, applications* (pp. 3-23). New York: Wiley.
- Fonseca, H. (2005). *Compreender os adolescentes: Um desafio para pais e educadores*. Lisboa: Editorial Presença.
- Gauvin, L., & Spence, J. C. (1998). Measurement of exercise induced changes in feeling states, affect, mood and emotions. In J. L. Duda (Ed.). *Advances in sport and exercise psychology measurement* (pp. 325-336). Morgantown, WV: Fitness Information Technology, Inc.
- Holt, N. L., & Hogg, J. M. (2002). Perceptions of stress and coping during preparation for the 1999 women's soccer world cup finals. *The Sport Psychologist*, 16, 251-271.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. New York: Springer Publishing.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Barcelona: Ediciones Martínez Roca.
- McCubbin, H. I., & Patterson, J. (1983). Adolescent - Coping Orientation for Problem Experiences (A-COPE). In H. I. McCubbin, A. I. Thompson, & M. A. McCubbin (2001). *Family measures: Stress, coping and resiliency – inventories for research and practice* (pp.552-618). Honolulu: Kamehameha Schools.
- Pallant, J. (2007). *SPSS Survival manual: A step by step guide to data analysis using SPSS for windows* (3^a ed.). Berkshire: Open University Press.
- Parkes, K. R. (1990). Coping, negative affectivity and the work environment: Additive and interactive predictors of mental health. *Journal of Applied Psychology*, 75(4), 399-409).
- Ribeiro, M. F. (2008). *Relações familiares, humor deprimido e comportamentos de risco para a saúde nos adolescentes*. Dissertação de Mestrado. Braga: Universidade do Minho.
- Silva, C. (2009). *Stress e estratégias de coping nos alunos do 12º ano: construção e validação de instrumentos*. Dissertação de Mestrado. Braga: Universidade do Minho.

Sprinthall, N., & Collins, W. (2003). *Psicologia do adolescente: Uma abordagem*

desenvolvimentista (3ªed.). Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian.