

Meninos e meninas na adolescência: diferenças na forma de lidar com situações estressantes

Alicia Carissimi¹
Ancile Maria Ziani Leal²
Martina Dillenburg Scur¹
Rita Graciele Leonardi¹
Sergio Duarte Junior¹
Tayara Daiane da Silva¹
Mary Sandra Carlotto³
Sheila Gonçalves Câmara⁴

RESUMO

O presente estudo investiga as diferenças entre meninos e meninas quanto à forma como lidam com situações estressantes na adolescência, o que denomina-se estratégias de coping. A amostra constituiu-se de 193 estudantes do 3º ano do ensino médio de escolas públicas e privadas de Canoas/RS. Destes, 55,4% eram do sexo feminino e a idade média foi de 17,7 anos ($dp = 1,44$). Utilizou-se como instrumento a Escala de Afrontamento para Adolescentes (ACS). Na comparação entre as médias verificou-se diferença significativa entre os sexos nas estratégias de Expressão emocional ($t = -5,96$; $p = 0,000$) e Religiosidade/Postura positiva ($t = -1,98$; $p = 0,049$), mais utilizadas pelas meninas; e, Atividades distratoras ($t = 4,01$; $p = 0,000$) e Busca de apoio profissional ($t = 2,01$; $p = 0,045$), mais usuais entre os meninos. As diferenças encontradas revelam um perfil mais aproximativo e emocional nas meninas e mais evitativo nos meninos,

¹ Acadêmico do Curso de Psicologia/ULBRA - Bolsistas Voluntários PROICT/ULBRA

² Acadêmica do Curso de Psicologia/ULBRA.- Bolsista PROICT/ULBRA

³ Professora do Curso de Psicologia/ULBRA

⁴ Professora – Orientadora do Curso de Psicologia/ULBRA (scamara@via-rs.net)

indicando a necessidade de considerar as diferenças entre meninos e meninas, em termos de coping, para o planejamento de intervenções e programas de promoção da saúde adolescente.

Palavras-chave: estratégias de enfrentamento, adolescência, sexo.

ABSTRACT

The present study investigates the differences between boys and girls in the way they deal with stressing situations in adolescence, what is called coping strategies. The sample was composed by 193 youths third year average students of public and private schools from Canoas/RS. In this sample 55,4% were girls and the medium age was 17,7 years ($sd= 1,44$). As instrument it was used the Adolescent Coping Strategies (ACS). The comparison between means showed that there is significant difference between sex in the strategies of emotional expression ($t=-5,96$; $p=0,000$) and religiosity/positive posture ($t:=-1,98$; $p=0,049$), more utilized by the girls; and distractive activities ($t=4,01$; $p=0,000$) and looking for professional support ($t=2,01$; $p=0,045$), more usual between the boys. The differences found reveals a more aproximative profile in girls and more evitative in boys, indicating the necessity of considering the differences between the genders, related to coping, to plan interventions and health promotion programs with adolescents.

Key words: coping strategies, adolescence, sex.

INTRODUÇÃO

A adolescência é um período de muitas mudanças na vida das pessoas. É um momento de redefinição da identidade em que as experiências infantis são revisadas para dar suporte a experiências que exigem maior responsabilidade. Meninos e meninas apresentam diferenças na maneira como enfrentam os problemas ou situações estressantes neste período. Conhecer as formas que os adolescentes utilizam para fazer frente às novas demandas e as diferenças entre os gêneros possibilita que as estratégias utilizadas pelos profissionais da saúde sejam mais efetivas neste período do desenvolvimento.

Coping, de acordo com Blalock & Joiner (2000), é um moderador entre situações negativas e o impacto de tais situações no bem-estar

físico e psicológico do indivíduo. Folkman et al. (1986) definem *coping*, ou enfrentamento como os esforços cognitivos e/ou comportamentais utilizados na resolução de exigências ou demandas internas e/ou externas experimentadas como uma sobrecarga aos recursos pessoais do indivíduo.

As estratégias acabam por constituir-se em padrões de comportamento empregados para enfrentar situações estressoras ou nocivas. Esse padrão de comportamento estará submetido a variáveis biológicas, psicológicas e sociais constituintes do contexto do sujeito. Isto é, as estratégias de enfrentamento são os meios através dos quais o sujeito irá resolver e/ou minimizar os efeitos da situação estressora. Tentando restabelecer a sua integridade e adaptar-se às adversidades, o indivíduo utilizará recursos de cunho social, religioso, afetivo e institucional, objetivando seu bem-estar (GIMENES, 1997).

Não existe consenso entre os autores em relação a *coping* no que tange à avaliação das estratégias a serem utilizadas. São muitos os autores que definem o *coping* como sendo o alvo de atenção do indivíduo, seja no seu ajustamento emocional, ou comportamental (CARVER, SCHEIER & WEINTRAUB, 1989; COHEN, 1987; FOLKMAN e LAZARUS, 1980).

Conforme a orientação do indivíduo para a resolução de problemas, são acionados recursos cognitivos e comportamentais. De acordo com Blalock & Joiner (2000), pode-se agrupar em quatro categorias as duas dimensões iniciais propostas por Folkman & Lazarus (1980), que eram a da resolução de conflitos focada no problema e a resolução focada na emoção. Estas quatro categorias dividem-se em: Aproximação Cognitiva (realização de uma análise lógica da situação, reavaliação positiva ou ensaio mental de ações alternativas); Aproximação Comportamental (realização de uma ação concreta para afrontar a situação estressora e/ou suas conseqüências); Evitação Cognitiva (pensamentos ou respostas que objetivam negar ou minimizar a gravidade da situação e/ou suas conseqüências); e, Evitação Comportamental (envolvimento em comportamentos impulsivos, redutores de tensão). Mesmo contemplando esta divisão, pode-se observar que estas estratégias podem ser utilizadas simultaneamente.

A função das estratégias de *coping* é reduzir a sensação física desagradável de um estado de estresse, alterar o problema existente na relação entre a pessoa e o ambiente que está causando a tensão, buscar os recursos disponíveis e as opções para lidar com o problema; e, também, solicitar ajuda prática de outras pessoas para a resolução de problemas ou situações estressoras (FOLKMAN e LAZARUS, 1980).

Estudos com adolescentes referem que muitas destas estratégias ainda não foram completamente desenvolvidas nesta fase da vida do indivíduo. Verifica-se que existem diferenças significativas em relação à etapa de desenvolvimento em que se encontra o indivíduo (WILLIAMS e MAC GILLICUDDY-DE LISI, 2000). Alguns estudos relacionados à *coping* na criança e no adolescente demonstram que o desenvolvimento das estratégias estão ligados ao apoio social e ao contato com situações desafiadoras (WILLS, BLECHMAN e MCNAMARA, 1996). Observa-se, também, que nesta faixa etária as estratégias de *coping* são mais absorvidas quando as habilidades intelectivas atingem seu auge, ainda que a personalidade ainda não esteja totalmente definida (LANDAZABAL, 2001). Assim, independente do envolvimento do jovem no contexto social, o qual contribui para a formação das suas estratégias, há o amadurecimento significativo e gradual no curso do seu desenvolvimento e formação. Segundo Williams & Mac Gillicuddy-De Lisi (2000), adolescentes mais velhos têm maior repertório de habilidades cognitivas, o que facilita na hora de eleger as estratégias a serem utilizadas perante situações de estresse.

É importante salientar, conforme Aldwin (1996), que a inserção do adolescente em atividades consideradas apenas para adultos oportunizam um espaço para que o adolescente possa refletir sobre si mesmo e sobre suas escolhas, o que se reflete na responsabilidade e comprometimento do jovem quanto às suas escolhas, mas também gera estresse, o que repercute no desenvolvimento de novas habilidades para a utilização das estratégias de enfrentamento.

Pesquisas relacionadas às questões disposicionais e situacionais destacam que existe

uma maior influência dos aspectos disposicionais no momento da utilização de estratégias de *coping* . Contudo, no decorrer do desenvolvimento do adolescente, se acresce a contribuição dos aspectos situacionais, quando se trata de algum problema cotidiano ou uma situação mais desgastante na sua vida. Estes acontecimentos são fundamentais para a escolha da estratégia a ser aplicada, assim como, também, a capacidade de controlar a situação (AYERS, SANDLER, WEST e ROOSA, 1996; COMPAS, MALCARNE e FONDACARO, 1988).

Observando as estratégias de *coping* , são muitos os pesquisadores que têm se dedicado à investigação das conseqüências psicológicas das vivências de situações estressoras, bem como as situações delas oriundas (PINHEIRO, TROCCOLI e TAMAYO, 2003). De acordo com a literatura vê-se a importância da família no ajustamento de crianças e adolescentes a episódios de vida estressantes importantes, tais como divórcio dos pais ou uma doença crônica (FOREHAND et al., 1991; HARDY, POWER e JAEDICKE, 1993; LOHMAN e JARVI, 1999), assim como o apoio ao indivíduo, no seu meio social, incluindo também a escola, instituições com as quais tem contato, entre outros é de suma importância para um crescimento sadio.

Neste processo de enfrentamento, a religião é um recurso utilizado por muitas pessoas, que atribuem a Deus a resolução de seus problemas ou o aparecimento dos mesmos, utilizando suas crenças religiosas como ferramenta para lidar com problemas.

Essa estratégia, denominada *Coping Religioso-Espiritual* (CRE), segundo Pargament (1997), é o modo como os indivíduos utilizam sua fé para lidar com o estresse.

Um aspecto relevante para o estudo da interface entre religiosidade e enfrentamento é a auto-estima que se estrutura no autoconceito, de forma que se valorize a percepção que o indivíduo tem de si mesmo. Nesse sentido, Dull & Skokan (1995), afirmam que a religiosidade permite as pessoas atribuírem significados aos acontecimentos, o que se relaciona a um propósito ou projeto, conforme a crença de que nada acontece por acaso e de que os eventos da vida são determinados por uma força superior. Os autores afirmam, também, que a crença de cada indivíduo, pode ajudar na conquista do crescimento pessoal, como equilíbrio, bem estar e sabedoria.

Assim, Pargament (1997) defende que não são todas as pessoas que utilizam as estratégias referentes à religiosidade em seu processo de enfrentamento, havendo uma maior propensão para aquelas que as crenças e práticas religiosas fazem parte de suas vidas.

Segundo Piko (2000), o gênero parece ter grande influência na utilização dos diferentes estilos e estratégias de enfrentamento utilizados, o que, segundo ela, deve-se ao processo de socialização. Este contribui de forma significativa na formação dos estereótipos referentes ao gênero. Durante o processo de socialização, com a família, escola e relações sociais em geral, o indivíduo internaliza as atribuições de papéis de cada sexo.

É nesse inter-jogo que às meninas são atribuídas características de maior complacência, docilidade e um perfil mais voltado para o bem-estar do outro. Já para os meninos, as exigências voltam-se para um perfil mais operacional, no qual os problemas devem ser resolvidos de forma objetiva e pontual, o que, muitas vezes, acarreta na evitação do confronto com os problemas que surgem.

Nesse sentido, o presente estudo objetivou avaliar as diferenças entre os gêneros nas formas de enfrentamento utilizadas por estudantes de Ensino Médio de escolas públicas e privadas do município de Canoas/ RS.

METODOLOGIA

O estudo foi realizado no contexto das escolas de ensino médio de Canoas/RS. O município possui 132 escolas, das quais 69 são municipais, 36 são estaduais e 27 escolas são particulares. Nenhuma das escolas municipais oferece ensino médio. Dentre as escolas estaduais, 17 oferecem ensino médio, e dentre as particulares, apenas 14.

Dentre as 31 escolas (públicas e privadas) do município de Canoas/RS que oferecem ensino médio foram sorteadas aleatoriamente 5, nas quais o instrumento foi aplicado a todas as turmas do 3º ano, perfazendo um total de 202 alunos. Destes, 9 a foram excluídos por não contemplarem o critério de idade (16 a 24 anos). A amostra final constituiu-se de 193 jovens, com média de idade de 17,7 anos ($dp=1,44$). Quanto ao sexo, a maioria do grupo é formada por meninas (55,4%).

O instrumento utilizado foi a Escala de Afrontamento para Adolescentes (ACS). Este foi desenvolvido tanto para fins investigativos quanto para a prática clínica, permitindo com que os próprios jovens avaliem suas condutas de enfrentamento (FRYDENBERG & LEWIS, 1997).

A escala é composta por 80 itens, sendo 79 questões fechadas, respondidas através de uma escala Likert de 5 pontos: penso ou faço – variando de 1. nunca à 5. com muita frequência, e

uma questão aberta, onde o jovem poderá acrescentar qualquer outra estratégia que utiliza e não tenha sido citada nas questões anteriores.

A Escala original de Frydenberg & Lewis (1997) é composta por 18 fatores que avaliam as estratégias de *coping* em geral e não vinculadas a situações específicas. Neste estudo foi utilizada a adaptação realizada por Câmara, Remor & Sarriera (2002), na qual se obteve 8 fatores ou estratégias de *Coping* citados a seguir com seus respectivos alfas de Cronbach obtidos na adaptação brasileira: 1) Busca de apoio social/Confiança ativa em outros (0,78); 2) Evitação cognitiva (0,80); 3) Busca de apoio profissional (0,79); 4) Aproximação cognitiva/Contemplação do problema (0,81); 5) Atividades distratoras (0,70); 6) Religiosidade/fixar-se no positivo (0,64); 7) Expressão emocional (0,68); e, 8) Autoculpar-se (0,71).

Foram identificadas as escolas públicas e privadas do município de Canoas que ofereciam terceiro ano do ensino médio. Das 31 escolas identificadas, sorteou-se 5. Foram realizados contatos com as escolas selecionadas, apresentado-se o projeto e obtendo-se autorização para a aplicação do instrumento em todas as turmas de 3º ano do ensino médio.

Os jovens assinaram Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), informando por escrito os objetivos da pesquisa, o TCLE foi assinado pelos jovens antes da aplicação do instrumento, manifestando seu acordo em participar do estudo. O instrumento foi aplicado em grupos dentro das salas de aula, durando em média 30 minutos, tendo sido aplicado por alunos bolsistas de Iniciação Científica, participantes do Laboratório de Ensino e Pesquisa em Psicologia – ULBRA/Canoas, devidamente treinados para a atividade.

Para proceder à análise dos dados obtidos, foi utilizada a prova *t* de student, objetivando a comparação entre as médias dos dois grupos, masculino e feminino, verificando se ambos diferem significativamente entre si.

RESULTADOS

Os resultados de comparação das médias das estratégias de coping estudadas encontram-se na Tabela 1.

Tabela 1. Comparação das médias das estratégias de *coping* entre os gêneros.

Estratégia	Gênero	n	M	Dp	t	p
Evitação cognitiva	Masculino	86	1,88	0,61	0,05	0,959
	Feminino	107	1,88	0,53		
Atividades distratoras	Masculino	86	3,51	0,64	4,01	0,000
	Feminino	107	3,14	0,66		
Expressão emocional	Masculino	86	2,23	0,70	-5,96	0,000
	Feminino	107	2,86	0,77		
Evitação comportamental	Masculino	86	3,20	0,53	-1,98	0,049
	Feminino	107	3,37	0,64		
Aproximação cognitiva	Masculino	86	3,48	0,55	-1,04	0,301
	Feminino	107	3,56	0,52		
Auto-culpar-se	Masculino	86	2,43	0,69	-0,71	0,477
	Feminino	107	2,50	0,65		
Busca de apoio profissional	Masculino	86	2,25	0,96	2,01	0,045
	Feminino	107	1,99	0,80		
Busca de apoio social	Masculino	86	3,01	0,68	-0,71	0,477
	Feminino	107	3,09	0,75		

Conforme os resultados apresentados na Tabela 1, as estratégias de *Coping* que se diferenciavam entre os gêneros, por apresentarem diferença significativa, foram: Expressão Emocional ($t=-5,96$; $p=0,000$); Religiosidade/ Fixar-se no positivo ($t=-1,98$; $p=0,049$); Atividades distratoras ($t=4,01$; $p=0,000$); e, Busca de apoio profissional ($t=2,01$; $p=0,045$).

Na comparação entre os gêneros, as estratégias que apresentaram diferença significativa entre os gêneros e foram mais empregadas pelas meninas, foram Religiosidade/Fixar-se no positivo ($m=3,37$; $dp=0,64$) e Expressão emocional

($m=2,86$; $dp=0,77$). Já nos meninos, as estratégias mais utilizadas foram Atividades distratoras ($m=3,51$; $dp=0,64$) e Busca de apoio profissional ($m=2,25$; $dp=0,96$).

DISCUSSÃO

Os resultados vêm a confirmar expectativas sociais de que as meninas comumente são mais esperanças, buscam atividades de cunho religioso, o que reflete um padrão de comportamento caracteristicamente feminino. Outro compor-

tamento, tipicamente encontrado nas meninas, foi a busca por alternativas do alívio do estresse em formas de choro, gritos, enfim, enfatizando o lado emocional das jovens do sexo feminino. Portanto, o conjunto das estratégias utilizadas pelas meninas revela uma focalização predominantemente emocional, o que parece associar-se às questões de socialização de gêneros (PIKO, 2000).

Percebe-se, nas meninas, a predominância da religiosidade como forma de reagir a eventos estressores, o que é justificado por Dull & Skokan (1995) quando se referem à religiosidade como forma de enfrentar as adversidades na busca pelo bem-estar, tanto físico quanto psíquico, assim como no aumento da auto-estima.

Além disso, nas estratégias relacionadas à religiosidade/fixar-se no positivo também encontram-se elementos baseados na esperança, misticismo, de que algo inesperado irá mudar o conflito que se estabelece internamente, podendo haver assim uma crença mágica de que algo ou alguém irá dissolver a situação estressante.

Já os meninos demonstram utilizar atividades distratoras, na tentativa de fugir das demandas do meio, mostrando assim um perfil mais evitativo. Dentro destas atividades estão a prática de esportes como uma opção para aliviar o estresse. Esta forma de enfrentamento empregada pelos meninos tem uma configuração positiva por ser uma procura de práticas saudáveis em prol do bem-estar tanto físico quanto psicológico. E como aspecto negativo esta seria uma forma consciente de rechaçar o problema, negando sua existência e afastando-o do foco de atenção (FIGUEROA et al, 2005).

Nos meninos também se apresentou um modo de aproximação comportamental, na qual bus-

cam apoio profissional, entende-se que neste fator os jovens recorrem para falar do tema com pessoas competentes no assunto, seja profissionais ou alguém da confiança dos mesmos, ou até discutir com amigos ou colegas que vivenciam a situação semelhante (PASTOR & ROING, 1993).

Contudo, homens e mulheres distinguem-se de acordo com características normativas subjetivadas a partir de valores sócio-culturais, que ditam a forma como o homem e a mulher devem se comportar (VAITSMAN, 1994).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir das diferenças na utilização das estratégias de *coping*, analisadas através de uma perspectiva multifatorial, vê-se que a realização de comportamentos caracteristicamente masculinos e femininos têm a predominância de estereótipos advindos do contexto do qual o sujeito está inserido.

Portanto, conhecer as diferenças entre os gêneros em termos da utilização de estratégias de *coping* permite o planejamento de intervenções melhor direcionadas para as especificidades dos adolescentes e seus papéis sociais.

Justifica-se assim a necessidade de estudos mais amplos que visem um melhor entendimento do processamento psicológico de adolescentes de ambos os gêneros na resolução dos problemas que são inerentes a este período do desenvolvimento. É preciso investir na compreensão deste período, que é tido como um dos mais saudáveis do desenvolvimento, justamente, por sua característica de ser um momento em que todas as aprendizagens anteriores são revistas e

redimensionadas como forma de preparação para a vida adulta.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALDWIN, C. et al. The development of coping resources in adulthood. **Jornal of Personality**, Connecticut, v.64, p. 837-871, 1996.

AYERS, T. et al. A dispositional and situational assessment of children's coping: testing alternative models of coping. **Journal of Personality**, Connecticut, v.64, p.923-958, 1996.

BLALOCK, J.; JOINER, T. E. Interaction of cognitive avoidance coping and stress in predicting depression/anxiety. **Cognitive Therapy and Research**, Kansas, n. 24, p. 47-65, 2000.

CÂMARA, S. G.; SARRIERA, J. C.; REMOR, E. A. A. Análise fatorial da Escala de Afrontamento para Adolescentes (ACS) em uma amostra de jovens de Porto Alegre. **Aletheia**, Canoas, n. 16, p.15-31, 2002.

CARVER, C. S.; SCHEIER, M. F.; WEINTRAUB, J. K. Assessing coping strategies: a theoretically based approach. **Journal of Personality and Social Psychology**, Colorado, v. 56, n. 2, p. 267-283, 1989.

COHEN, F. Measurement of coping. In: KASL, S.V.; COOPER, C.L. (Eds.). **Research methods in stress and health psychology**. New York: John Wiley & Sons, 1987. p. 283-305.

COMPAS, B. et al. Coping with stressful events in older children and young adolescents. **Journal of Consulting and Clinical Psychology**, Miami, v. 56, p. 405-411. 1988.

DULL, V. T.; SKOKAN, L. A. A cognitive model of religion's influence on health. **Journal of Social Issues**, Durham, v. 51, p. 49-64. 1995.

FIGUEROA, M. I. et al. Las estrategias de afrontamiento y su relación com el nivel de bienestar psicológico. Un estudio con adolescentes de nivel socioeconomico bajo de Tucumán (Argentina). **Anales de Psicología**, Murcia, n. 1, v. 21, p. 66-72, 2005.

FOLKMAN, S. et al. Appraisal, coping, health status and psychological symptoms. **Journal of Personality and Social Psychology**, Colorado, v. 50, p.571-579, 1986.

FOLKMAN, S.; LAZARUS, R. S. An alylis of coping in a middle-aged community sample. **Journal of Health and Social Behavior**, Chapel Hill, v. 21, p.219-239, 1980.

FOREHAND, R. et al. The role of the family stressors and parent relationships on adolescent functioning. **Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry**, Chicago, v. 30, p.316-322, 1991.

FRYDENBERG, E.; LEWIS, R. **Escalas de afrontamiento para adolescentes: Manual**. Madrid: Publicaciones de Psicología Aplicada, 1997.

GIMENES, M.G.G. A teoria do enfrentamento e suas implicações para os sucessos e insucessos em psicologia. In: GIMENES, M. G. G.;

FÁVERO, M. H. (Ogs.). **A mulher e o câncer**. Campinas: Editorial Psy, 1997. p.111-147.

HARDY, D. F.; POWER, T. G.; JAEDICKE, S. Examining the relation of parenting to children's coping with everyday stress. **Child Development**, Birmingham, v. 64, n. 61, p. 1829-1841, 1993.

LANDAZABAL, M. Intervención com adolescentes: Impacto de un programa en la asertividad y en las estrategias cognitivas de afrontamiento de situaciones sociales. **Psicología Conductual**, Granada, v. 9, n. 2, p. 221-246, 2001.

LOHMAN, B. J.; JARVIS, P. A. Adolescent stressors, coping strategies, and psychological health studied in the family context. **Journal of Youth and Adolescence**, New York, v. 29, p. 14-43, 2000.

PARGAMENT, K. I. **The psychology of religion and coping**: theory, research, practice. New York: Guilford Press, 1997.

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

PINHEIRO, F. A.; TROCCOLI, B. T.; TAMAYO, M. R. Mensuração de coping no ambiente ocupacional. **Psicologia, Teoria e Pesquisa**, Brasília, v.19, n.2, p.153-158, 2003.

VAITSMAN, J. Hierarquia de gênero e iniqüidade em saúde. **Physis - Revista de Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 1, p. 7-22, 1994.

WILLIAMS, K.; MACGILLICUDDY-DE LISI, A. Coping strategies in adolescents. **Journal of Applied Developmental Psychology**, Easton, v. 20, p.537-549, 2000.

PASTOR, M. A.; ROING, S. L. Afrontamiento, apoyo social, calidad de vida y enfermedad. **Psicothema**, Oviedo, n. 5, p. 343-372, 1993.

WILLS, T.; BLECHMAN; MCNAMARA. **Family support, coping and competence**. New Jersey: Lawrence Erlba,1996.