

UNIVERSIDADE DE LISBOA
FACULDADE DE PSICOLOGIA



**TRAÇOS DE PERSONALIDADE E RESILIÊNCIA NA
POPULAÇÃO GERAL ADULTA**

Veronica Tipericiuc

MESTRADO INTEGRADO EM PSICOLOGIA

(Secção de Psicologia Clínica e de Saúde/Núcleo de Psicologia Clínica Dinâmica)

2016

UNIVERSIDADE DE LISBOA
FACULDADE DE PSICOLOGIA



**TRAÇOS DE PERSONALIDADE E RESILIÊNCIA NA
POPULAÇÃO GERAL ADULTA**

Veronica Tipericiuc

Dissertação orientada pela Professora Doutora Joana Henriques Calado

MESTRADO INTEGRADO EM PSICOLOGIA

(Secção de Psicologia Clínica e de Saúde/Núcleo de Psicologia Clínica Dinâmica)

2016

*“Saber ser pingo de chuva quando o sol resseca a pele e conseguir ser raio de sol
quando a vida chuveja na vidraça.”*

(Simões, F)

Agradecimentos

À Professora Doutora Joana Henriques Calado pelo apoio e excelência demonstrados na realização do presente trabalho.

À Dra. Rita Sasseti pela amizade, compreensão e flexibilidade em contexto profissional, durante a realização deste projeto.

À Dra. Cristina Freire, à Dra. Isabel, à Dra. Odete Vieira, à Professora Doutora Ana Reis, ao Dr. Varela Silva, ao Dr. João Coimbra, ao Prof. Carlos Silva, à Anabela, à Carina, à Cláudia, ao Tiago e ao Jolan, por acreditarem nas minhas capacidades e me transmitirem energia positiva.

A ti Luísa, pela amizade que me concedeste e iluminaste o meu caminho com o teu sorriso, sinceridade, apoio e gentileza.

A ti Agnelo N. T, pelas diferentes formas de me apoiar nos últimos dois anos de estudo, nomeadamente na parte final do projeto. *Dev borem Korum!*

Eternamente grata ao Luís, à Luísa, à Gracinda, à Andreia e à Nazira, ou seja, ao Gang pela aprendizagem conjunta.

À Olívia e à Flor que me transmitiram bem-estar e companhia pelos doces ronrons ao longo das horas de escrita.

Um muito obrigada aos participantes deste estudo, aos restantes amigos, colegas e familiares que me apoiaram de forma direta ou indireta ao longo destes cinco anos e que não me deixaram desistir quando o cansaço era avassalador.

E em memória do Dr. Paulo, do Sr. Engenheiro Jorge Campos e em memória do meu PAI...

Resumo

O estudo da Resiliência tem vindo a assumir uma importância crescente na sociedade atual. Num mundo cada vez mais voltado para o sucesso, quais serão as características da Personalidade que poderão preparar os indivíduos para lidar e superar o fracasso de uma forma positiva? Foi objetivo deste estudo a análise entre os dados sociodemográficos e a Resiliência e Traços de Personalidade, assim como, investigar os efeitos preditores da Personalidade relativamente à Resiliência. Numa amostra de 338 indivíduos da população geral portuguesa, com idades entre os 18 e os 83 anos, foram administrados os instrumentos de avaliação: Questionário Sociodemográfico (QS), Inventário dos Cinco Fatores de Personalidade (NEO-FFI) e a Escala de Resiliência de Connor-Davidson (CD-RISC). Observam-se diferenças significativas que sugerem que com o avançar da idade, o Neuroticismo tende a diminuir e a Amabilidade e a Conscienciosidade a aumentar. As mulheres mostram-se mais amáveis e conscienciosas do que os homens. Ao nível da escolaridade, os indivíduos com Licenciatura ou maior escolaridade, mostram-se, na generalidade, mais abertos à experiência do que os que possuem graus de escolaridade mais baixos. Os sujeitos solteiros mostram-se mais neuróticos e menos conscienciosos do que os sujeitos casados. Elevados níveis de Conscienciosidade e Abertura à Experiência predizem a Resiliência. Baixo Neuroticismo e uma elevada Conscienciosidade ou Extroversão são de igual modo preditores de Resiliência. A dissertação apresenta um contributo para a investigação crescente sobre as características sociodemográficas e dos Traços de Personalidade que influenciam a Resiliência. Abre a possibilidade de uma exploração mais profunda em relação aos acontecimentos de vida (e.g. conclusão de um grau de ensino, relação) e a sua influência ao nível da Resiliência.

Palavras-Chave: Traços de Personalidade, Resiliência, Modelo dos Cinco Fatores, Neuroticismo, Conscienciosidade.

Abstract

The study of resilience has become increasingly important in today's society. In a world turned more and more towards success, what are the characteristics of personality that may prepare individuals to cope and overcome failure in a positive way? The sociodemographic exploratory analysis of Resilience and Personality Traits, as well as the predictive effects of personality and their relation to Resilience were the aim of this study. A sample of 338 adults of the Portuguese population, aged between 18 and 83 years, were asked to answer a Sociodemographic Questionnaire (SQ), the Inventory of Five Personality Factors (NEO-FFI) and the Resilience Scale Connor-Davidson (CD-RISC). Significant differences were observed that suggest that with advancing age, Neuroticism tends to decline and Agreeableness and Conscientiousness tend to increase. Women appear to be, on average, kinder and more conscientious than men. In terms of education, individuals with Bachelor or Higher Degree are shown to be more open towards new experiences rather than those with lower levels of education. Singles individuals appear to be more neurotic and less conscientious than married people. Individuals with greater Conscientiousness and greater Openness seem to predict Resilience. This can also be concluded regarding individuals with lower levels of Neuroticism either with greater levels of Conscientiousness or Extroversion. This study presents a contribution to the growing research of sociodemographic characteristics and Personality Traits that influence Resilience. It opens the possibility of a deeper exploration in relation to life events (for example: completion of a teaching degree, relation) and their influence on the level of Resilience.

Key-words: Personality Traits, Resilience, Five-Factor Model, Neuroticism, Conscientiousness.

ÍNDICE

Resumo.....	iii
Abstract.....	iv
Índice de Quadros.....	vi
Lista de Anexos	viii
Introdução	1
1. ENQUADRAMENTO TEÓRICO	3
1.1. Traços de Personalidade	3
1.1.1. Diversas Definições e Perspetivas sobre Personalidade.....	3
1.1.2. A Abordagem dos Traços de Personalidade	4
1.1.3. O Modelo dos Cinco Fatores	7
1.2. Resiliência.....	8
1.3. Traços de Personalidade e Resiliência.....	11
2. OBJETIVOS E HIPÓTESES	15
3. MÉTODO	16
3.1. Participantes	16
3.2. Instrumentos	17
3.2.1. Questionário Sociodemográfico (QS).....	17
3.2.2. Inventário dos Cinco Fatores de Personalidade (NEO-FFI).....	17
3.2.3. Escala de Resiliência de Connor – Davidson (CD-RISC).....	19
3.3. Procedimento	20
4. RESULTADOS	21
4.1. Objetivo 1	21
4.1.1. Caracterização da amostra em relação ao CD-RISC.	21
4.1.2. Caraterização da amostra em relação ao NEO-FFI	21
4.2. Objetivo 2	22
4.2.1. Analisar a relação entre a Resiliência e a Idade	22
4.2.2. Comparar a Resiliência em ambos os Sexos	22
4.2.3. Comparar a Resiliência relativamente ao Nível de Escolaridade	22
4.2.4. Comparar a Resiliência relativamente ao Estado Civil	22
4.3. Objetivo 3	23
4.3.1. Analisar a relação entre os Domínios da Personalidade e a Idade	23

4.3.2. Comparar os Domínios da Personalidade em ambos os Sexos	23
4.3.3. Comparar os Domínios da Personalidade relativamente ao Nível de Escolaridade.....	24
4.3.4. Comparar os Domínios da Personalidade relativamente ao Estado Civil	25
4.4. Objetivo 4.....	25
5. DISCUSSÃO	27
5.1. Análise da relação entre a Resiliência e as Variáveis Sociodemográficas.....	27
5.2. Análise da relação entre os Domínios da Personalidade e as Variáveis Sociodemográficas.....	28
5.3. Análise dos efeitos preditores dos Traços de Personalidade relativamente à Resiliência.	30
CONCLUSÕES.....	31
BIBLIOGRAFIA	34
ANEXOS	39

Índice de Quadros

Quadro 1	16
<i>Caracterização Sociodemográfica da Amostra</i>	16
Quadro 2	21
<i>Caraterização da Amostra através do Instrumento CD-RISC</i>	21
Quadro 3	21
<i>Caraterização da Amostra através do Instrumento NEO-FFI</i>	21
Quadro 4	23
<i>Correlações entre os Domínios da Personalidade e a Idade</i>	23
Quadro 5	24
<i>Comparação de Médias entre Homens e Mulheres nos Domínios da Personalidade ...</i>	24
Quadro 6	26
<i>Preditores da Resiliência – Resultados das Análises de Regressão Múltipla</i>	26

Lista de Anexos

Anexo I – Consentimento Informado.

Anexo II – Questionário Sociodemográfico (QS).

Introdução

A presente dissertação insere-se no âmbito de um projeto mais vasto que incide no tema “Personalidade e Psicopatologia”, na população geral, que se desenrola na Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa.

A psicologia tem vindo a interessar-se pela capacidade de resiliência, ou seja, do desenvolvimento e projeção no futuro, mesmo após a confrontação com circunstâncias traumáticas e desfavoráveis (Anaut, 2005), tendo em vista que esta não se trata de algo absoluto ou conquistado de uma só vez, não sendo fixa nem definitiva, mas sim construída ao longo do desenvolvimento. Vários autores têm vindo a debruçar-se sobre esta capacidade, procurando identificar os seus componentes e a forma como estes se articulam e entram em funcionamento.

Torna-se essencial investigar estes mesmos componentes, tendo-se virado a atenção para a interação da personalidade na capacidade de ser ou não mais resiliente em diferentes situações.

Apesar da dificuldade na chegada a um consenso no que diz respeito à terminologia que designa a Personalidade, considerou-se interessante investigar o Modelo dos Cinco Fatores da Personalidade, e analisar a forma como os Traços se relacionam com a Resiliência.

Assim, e tomando em vista tais considerações, o presente trabalho debruça-se sobre a forma como as características sociodemográficas se relacionam com a Personalidade e a Resiliência e, investiga, os efeitos preditores dos traços de personalidade na resiliência.

O estudo presente estruturou-se, assim, da seguinte forma:

Um capítulo inicial, composto pela revisão de literatura, com a intenção de sustentar teoricamente o estudo empírico desenvolvido. Neste, serão descritos os conceitos em análise, nomeadamente, o conceito multidimensional da personalidade, a abordagem dos traços, o modelo dos cinco fatores, a resiliência e, será feita, uma revisão de estudos empíricos relevantes nos quais se baseiam os objetivos e as respetivas hipóteses.

Um segundo capítulo, contendo o detalhe dos objetivos e as respetivas hipóteses do estudo.

O terceiro capítulo, dedicado ao método utilizado na presente investigação, onde se inclui a caracterização da amostra, e são descritos os instrumentos utilizados. É neste capítulo que se explica o procedimento de aplicação dos questionários e o procedimento estatístico realizado.

O quarto capítulo será composto pela caracterização dos dados e apresentação dos resultados investigados no estudo.

O quinto capítulo irá abranger a discussão dos resultados obtidos.

Por último, as conclusões do estudo, as suas limitações e sugestões para futuras investigações, serão desenvolvidas na última secção deste trabalho.

1. ENQUADRAMENTO TEÓRICO

1.1. Traços de Personalidade

1.1.1. Diversas Definições e Perspetivas sobre Personalidade.

O significado da palavra “personalidade” tem raízes no termo em latim *persona* e refere-se à máscara utilizada pelos atores na representação de uma peça de teatro na Antiguidade Clássica (Hansenne, 2004; Schultz & Schultz, 2002). Estas máscaras ou *Personas* não pretendiam ser disfarces, mas diziam respeito a expressões faciais muito concretas que geravam no público interpretações comuns acerca das figuras ali representadas pelos atores, sem espaço para ambiguidades, ou seja, correspondia à aparência externa do indivíduo na interação com os outros, as características externas e visíveis, o carácter predominante que é assumido na relação interpessoal (Hansenne, 2004), ou o *modus vivendi* único alcançado na luta pela sobrevivência (Allport, 1961).

A existência de várias escolas de pensamento cujas bases teóricas e epistemológicas divergem entre si, contribuiu para o desenvolvimento de diversas teorias e um olhar diferente sobre a personalidade (Schultz & Schultz, 2002).

Com efeito, conseguimos perceber o quão relevante se torna promover a descrição dos indivíduos no que diz respeito à sua personalidade, mas quanto a encontrar uma definição, um conceito de personalidade, tal tarefa revela-se mais difícil, sendo que existem conceitos em termos de linguagem comum que nada têm a ver com o seu entendimento à luz da psicologia científica (Hansenne, 2004).

O estudo das diferenças da personalidade pode ser encarado sob diferentes perspetivas teóricas, designadamente: perspetiva psicodinâmica, perspetiva humanista, perspetiva cognitiva ou, ainda, a perspetiva dos traços de personalidade (Gleitman, Fridlund, & Reisberg, 2011).

No âmbito do enquadramento teórico do conceito de personalidade, assinala-se a chamada abordagem dos traços de personalidade, entendendo-se por *traços de personalidade* predisposições de igual resposta a estímulos diferentes, o que promove a estabilidade dos comportamentos ao longo do tempo e exercem uma influência muito vincada no modo como percebemos os acontecimentos com que nos vamos deparando (Hansenne, 2004). Refira-se que a terminologia *traço de personalidade* foi introduzida na psicologia por Allport (Hansenne, 2004), sendo que adiante teremos oportunidade de desenvolver com maior detalhe esta abordagem teórica.

O presente trabalho focar-se-á nos aspetos de personalidade à luz da perspetiva dos traços e do modelo dos cinco fatores.

1.1.2. A Abordagem dos Traços de Personalidade

A classificação de pessoas por traços tem uma longa história que remonta à época de Hipócrates (460 - 377 a. C) que agrupou as pessoas em categorias de acordo com os seus fluidos corporais internos ou “humores” (Rebollo, 2006; Schultz & Schultz, 2002). Na medicina hipocrática a natureza de corpo ou da *physis* particular era de suma importância e esta atuava como princípio organizador do corpo, tendo a capacidade de o moldar, de lhe atribuir aspeto próprio e um comportamento revelado por características chamadas *dynamis* (Rebollo, 2006).

O estudo dos traços de personalidade pode ser feito partindo-se de dois tipos de abordagem: a abordagem idiográfica e a abordagem nomotética, tendo-se em conta o equilíbrio entre os dois extremos (Allport, 1961; Cloninger, 2013). A primeira abordagem, considera o indivíduo como um ser único que possui uma história de vida singular e a observação das suas características é feita em diversos contextos. A abordagem nomotética estuda as diferenças estatísticas encontradas entre grandes amostras de indivíduos, é regida por normas que tendem a classificar e comparar as diferenças apuradas, não dando ênfase às características singulares de cada indivíduo (Hansenne, 2004; Schultz & Schultz, 2002).

Segundo Hansenne (2004), faz sentido considerar-se uma visão de complementaridade entre as duas vias de abordagens da personalidade, ou seja, cabe levar em devida linha de conta, por um lado, as descrições provenientes de casos clínicos (abordagem idiográfica) e, por outro lado, contemplar o teste de hipóteses que diga respeito à presença de descrições num número elevado de indivíduos (abordagem nomotética).

Com efeito, o conceito de *traços de personalidade* assume particular relevância na teoria personológica proposta por Allport, a qual se assume enquanto abordagem idiográfica, contemplando a unicidade de cada indivíduo (Hansenne, 2004).

A principal meta a alcançar pela *teoria dos traços de personalidade* prende-se com a identificação daqueles que podem ser considerados os traços específicos essenciais para proceder à descrição da personalidade, e este tipo de traços varia consoante a perspetiva teórica proposta por diferentes autores que desenvolveram trabalhos na área da Psicologia da Personalidade (Feldman, 2007). De acordo com Allport (1961), podem ser consideradas três categorias diferentes e centrais ou específicas em termos de traços de personalidade: categoria principal, categoria central e categoria secundária. Por *traço principal* deverá entender-se uma característica de tal modo única que servirá de orientação relativamente à maioria dos comportamentos de um indivíduo em diversos contextos de atuação. Os *traços centrais* podem ser entre cinco e dez, e correspondem às características distintivas dos indivíduos em termos de personalidade, por exemplo, a honestidade e a sociabilidade. Por fim, os *traços secundários*

correspondem a características que orientam o comportamento num menor número de contextos e são menos relevantes do que os traços principais ou centrais (Feldman, 2007; Schultz & Schultz, 2002).

Cattel promoveu uma verdadeira mudança de paradigma ao dedicar-se ao estudo da personalidade, visto ter introduzido metodologia estatística com vista a desenvolver os seus estudos, aplicando a técnica da análise fatorial de forma a aferir quais as dimensões essenciais da personalidade (Hansenne, 2004). De acordo com o preconizado por Cattel, era necessário identificar os traços básicos de personalidade que decorriam de três fontes distintas: dados da vida (L-data); dados oriundos de questionários (Q - data) ou dados obtidos a partir de testes objetivos (T-data); os dados da vida correspondiam às observações de observadores externos relativamente à frequência e à intensidade de comportamentos dos indivíduos, por sua vez, os dados oriundos de questionários eram obtidos com base em respostas dadas pelos sujeitos a perguntas inseridas em questionários, e por fim, os dados obtidos a partir de testes objetivos eram alcançados com recurso à aplicação de testes em condições que respeitavam a padronização da sua aplicação (Hansenne, 2004). Estamos aqui perante uma abordagem nomotética da personalidade.

Eysenck teorizou a personalidade enquanto um construto organizado de forma hierárquica de acordo com quatro níveis: tipos de personalidade, traços de personalidade, respostas habituais e respostas específicas. Por *traços de personalidade* entendem-se construções de natureza teórica que têm por base as correlações entre respostas habituais dos sujeitos, sendo exemplos de traços, a impulsividade ou a sociabilidade. Por sua vez, os traços mostram-se agrupados em tipos: E - dimensão *extroversão - introversão*, N - dimensão *neuroticismo - estabilidade emocional*; P - dimensão *psicoticismo - força do eu* (Hansenne, 2004). Depois de longos anos de pesquisa, a teoria de personalidade de Eysenck assentou na vertente psicobiológica dos traços (Lima & Simões, 2000) e sedimentou-se em três dimensões como sejam: neuroticismo (cujos traços são ansioso, tenso, irracional, deprimido, sentimentos de culpa, baixa autoestima, tímido, melancólico e emotivo), extroversão (cujos traços são sociável, animado, ativo, assertivo, busca de sensações, despreocupado, dominante cordial e aventureiro), e psicoticismo (cujos traços são agressivo, frio, egocêntrico, impessoal, impulsivo, antissocial, obstinado e criativo). Segundo este autor, as dimensões e os traços apresentam um caráter estável e consistente ao longo da vida e os fatores socio-ambientais não têm impacto. Assim, a classificação do indivíduo é feita com base no resultado obtido (elevado ou baixo) de cada polo que constitui a dimensão (Schultz & Schultz, 2002).

Para Eysenck, o neuroticismo parece ser uma dimensão herdada, com fortes bases genéticas explicadas por uma maior ativação cerebral nas áreas responsáveis pelo sistema nervoso autónomo (Schultz & Schultz, 2002), maior atividade no lobo temporal e no sistema límbico. As pessoas que possuem um elevado nível de neuroticismo parecem ser mais emotivas, tensas e irracionais e apresentam maior reatividade mesmo em situações pouco ansiogénicas. Ao contrário, as pessoas que possuem níveis baixos de neuroticismo tendem a ter mais estabilidade emocional e menos ativação nas áreas responsáveis por tal (Cloninger, 2013). Eysenck afirmou que a predisposição genética transmite ao indivíduo apenas um dos dois polos: neuroticismo ou estabilidade emocional (Schultz & Schultz, 2002). Outros estudos sugerem que um resultado elevado em extroversão e um resultado baixo em neuroticismo parecem ser indicadores genéticos de estabilidade emocional (Schultz & Schultz, 2002; Watson, Clark, McIntyre, & Hamaker, 1992).

As dimensões extroversão *versus* introversão foram de igual modo estudadas por Eysenck na expectativa de descobrir até que ponto as pessoas extrovertidas se diferenciavam das pessoas introvertidas biológica e geneticamente. Os resultados revelaram que existem diferenças ao nível da ativação cerebral entre os dois grupos, ou seja, os extrovertidos possuem um nível inferior de excitação cortical (Schultz & Schultz, 2002) ou inibição proveniente do sistema de ativação reticular descendente do que os introvertidos, razão pela qual se justifica o carácter estimulante das experiências que eles procuram no meio exterior. As pessoas que possuem um elevado nível de extroversão toleram melhor os estímulos fortes e até a dor, mas tendem a apresentar maiores dificuldades na realização de tarefas que requerem atenção e concentração (Cloninger, 2013). Para os introvertidos os ambientes tranquilos e pouco estimulantes parecem ser mais confortáveis e não necessitam de tanta estimulação, uma vez que possuem um elevado grau de estimulação cortical fornecida pelo sistema de ativação reticular ascendente. Também se verificou que as pessoas introvertidas são mais sensíveis aos estímulos sensoriais do que as pessoas extrovertidas e tendem a executar melhor as tarefas que requerem atenção e concentração (Cloninger, 2013).

Outros autores, e.g. Buss e Plomin, apresentam a existência de três disposições herdadas que dirigem o comportamento e podem ser chamadas de temperamentos, sendo estas: a emotividade (nível de estimulação individual formado por sentimentos de angústia, medo e raiva e está mais relacionada com as emoções negativas do que com o prazer), a atividade (nível de energia física empregue em diferentes situações) e a sociabilidade (nível de interação com outras pessoas) (Schultz & Schultz, 2002). Estas disposições ou temperamentos podem

ser considerados como atitudes adaptativas (Schultz & Schultz, 2002), indicadores ou preditores do bem-estar subjetivo (Nunes, Hutz, & Giacconi, 2009).

Mais recentemente, e na senda do estudo científico da personalidade, tem vindo a afirmar-se com maior destaque o chamado Modelo dos Cinco Fatores. Este modelo deriva da abordagem dos *traços de personalidade* e defende que o núcleo da personalidade comporta cinco grandes fatores globais: Neuroticismo, Extroversão, Abertura à Experiência, Amabilidade e Conscienciosidade (Feldman, 2007; McCrae & Costa, 1987). Este modelo teórico irá servir de suporte à presente investigação, sendo desenvolvido no ponto que se segue.

1.1.3. O Modelo dos Cinco Fatores

Herdeiro da abordagem dos *traços de personalidade*, o Modelo dos Cinco Fatores da Personalidade foi-se cimentando na investigação no âmbito da Psicologia da Personalidade, tendo-se assistido a um fortalecimento desta área de investigação entre os anos 1980 e 1990, nomeadamente, através da elaboração de instrumentos de avaliação (Hansenne, 2004).

Tem sido difícil alcançar o consenso no que diz respeito à terminologia que designa os cinco fatores da personalidade, considerando a linha de investigação acima referida. Se por um lado, parece não ser fácil nomear os fatores que decorrem da análise fatorial, por outro lado, estes mesmos fatores dependem das medidas consideradas em cada um dos estudos desenvolvidos (Hansenne, 2004).

Fiske designa os cinco fatores do seguinte modo (Hansenne, 2004): 1) adaptação social, 2) conformidade, 3) vontade de conseguir, 4) controlo emocional e 5) procura de inteligência. Já Norman apresenta a seguinte taxonomia dos cinco fatores da personalidade: 1) urgência, 2) amabilidade, 3) conscienciosidade, 4) emocionalidade e 5) cultura. Por sua vez, Digman denomina da seguinte forma os cinco fatores da personalidade (Hansenne, 2004): 1) extroversão, 2) amabilidade, 3) vontade de chegar, 4) neuroticismo e 5) intelecto.

No presente estudo, iremos ter por base a taxonomia dos cinco fatores de personalidade de acordo com a designação de Costa e McCrae (1985), sendo os fatores denominados da seguinte forma: 1) neuroticismo, 2) extroversão, 3) abertura à experiência, 4) amabilidade e 5) conscienciosidade.

Convém frisar que, em termos teóricos, o modelo dos cinco fatores da personalidade mostra-se enquadrado em termos de mera taxonomia, não contemplando uma explicação de natureza causal em relação às diferenças individuais, visto que os seus autores entendem que importa definir as dimensões essenciais da personalidade, antes de proceder à explicação das mesmas (Hansenne, 2004).

Em defesa do modelo teórico por si proposto, os autores Costa e McCrae apontam a seguinte argumentação (Hansenne, 2004): a) os estudos de natureza longitudinal levados a cabo por vários observadores revelaram que os cinco fatores são disposições reais para que os indivíduos assumam determinados comportamentos em dadas situações, b) podemos encontrar os cinco fatores básicos de personalidade quer na linguagem do quotidiano quer no âmbito dos mais importantes questionários de personalidade, c) os fatores mostram-se transversais em diferentes culturas, não revelando influências nem em termos de idade nem quanto ao género dos indivíduos, d) os cinco fatores apresentam uma base biológica, sendo este modelo entendido como universal.

1.2. Resiliência

O conceito de resiliência vem sendo aplicado no âmbito da saúde mental, em concreto, na área da Psicologia Clínica, podendo encontrar-se diversas definições para o mesmo (Anaut, 2005). Em consonância com os estudos desenvolvidos por diversos autores à volta deste construto, derivando o termo “resiliência” da área da Física, na qual se reporta à capacidade de resistência dos materiais que sejam sujeitos a choques fortes, sendo também sinónimo da capacidade de absorção de uma dada estrutura em relação à energia cinética, sem que se verifique qualquer modificação (Anaut, 2005). No domínio da Psicologia, a resiliência pode ser entendida enquanto capacidade de desenvolvimento e projeção no futuro, ainda que uma pessoa ou grupo se tenham confrontado com circunstâncias traumáticas e desfavoráveis (Anaut, 2005).

A resiliência vem sendo estudada por vários autores, que procuram identificar os seus componentes e a forma como estes se articulam e entram em funcionamento no seio de grupos de indivíduos que se encontram perante fatores promotores de risco (e.g., Snyder & Shane, 2009). Investigadores estudaram grupos de pessoas resilientes, procurando encontrar o que distingue as pessoas que conseguem recuperar de situações de risco daquelas que não o conseguem fazer, e ainda, se desenvolvem estudos, na área da resiliência, centrando a atenção na perspetiva da pessoa, tendo sido identificadas pessoas dotadas de resiliência e investigados os seus casos ao longo do tempo (Snyder & Shane, 2009). Identifica-se um trabalho onde se estudou uma amostra de 700 crianças, de uma ilha do Hawai, entre 1955 e 1995, tendo sido avaliadas as suas características psicológicas, apurando que, das crianças consideradas em risco, um terço apresentava duas características que garantiam a sua resiliência: a) eram extrovertidas, e b) conseguiam obter apoio de fontes diferentes (Werner & Smith, 1955, 1995, citados por Snyder & Shane, 2009).

Segundo Rutter, a resiliência será o fenômeno através do qual os sujeitos obtêm resultados relativamente positivos, pese embora estejam sujeitos a circunstâncias adversas (Truffino, 2010). Para Aldwin, a resiliência corresponde a uma capacidade de crescimento e desenvolvimento em contextos complicados (Truffino, 2010). De acordo com Truffino (2010), a resiliência não é sinónimo de vulnerabilidade, mas sim o seu oposto e diz respeito aos vários domínios de competência dos seres humanos: domínio emocional, domínio cognitivo e domínio social.

Como assinalam Snyder e Shane (2009), os investigadores que dedicam a sua atenção ao estudo da resiliência estão de acordo em considerar que o risco ou a adversidade devem manifestar-se para que possamos considerar um indivíduo resiliente. Todavia, continua em aberto o debate acerca da universalidade dos fatores de proteção (Snyder & Shane, 2009), bem como até onde vai o sucesso e a adaptação das crianças resilientes após terem ultrapassado as dificuldades que vivenciaram (e.g., Luthar, Cicchetti, & Becker, 2000; Snyder & Shane, 2009). Assim, embora se mostrem identificados fatores de proteção (e.g. boas capacidades cognitivas, perspectiva positiva da vida, clima familiar positivo), a verdade é que ocorrem diferenças em termos de manifestações dos mesmos, ou da sua utilização por parte dos indivíduos (Snyder & Shane, 2009).

Os fatores de proteção parecem ter bases genéticas e constitucionais, recebem influências das disposições e características de personalidade e são dependentes dos recursos que o indivíduo recebe do meio familiar e extrafamiliar. Estes fatores exercem influência sobre a situação adversa, reduzem o efeito prejudicial, diminuem a carga emocional negativa e potenciam o indivíduo a “sair vencedor de uma prova que poderia ser traumática, com uma força renovada” (Anaut, 2005, p. 43), sendo vistos também como mecanismos mediadores da resiliência.

Garnezy nomeou, a partir do estudo com famílias desfavorecidas, três tipos de fatores de proteção à resiliência, uns de natureza interna e outros provenientes da interação com o meio ambiente (Anaut, 2005): 1) fatores individuais como o temperamento (afável, amável, extrovertido), a reflexão e a capacidade cognitiva (QI elevado), o género, a idade, o locus de controlo interno, a autoestima e a autoeficácia, o humor, o charme, o carisma, as boas competências sociais e interpessoais, 2) fatores familiares oriundos das figuras cuidadoras (e.g. qualidade relacional com os pais, vinculação segura, calor humano, aceitação) e 3) fatores extrafamiliares ou de suporte que se estendem a todos os agentes sociais com os quais o indivíduo se relacione (e.g. pares, colegas, amigos e outros conhecidos).

Wolin e Wolin (2010) destacaram a importância de sete fatores que influenciam a resiliência em diversos graus, sendo estes: 1) a introspeção remete para a capacidade individual de reflexão e resposta face aos assuntos difíceis; 2) a independência refere-se à aptidão de criar limites emocionais e físicos em relação as figuras parentais e outros indivíduos; 3) a competência social envolve a adaptação no vasto ambiente social e criação de laços salubres interpessoais em vários contextos (e.g. escolar, profissional, sociocultural); 4) a iniciativa prende-se com a resolução e controlo de situações complexas; 5) a criatividade é o poder de transformar e dar sentido as experiências e sentimentos dolorosos; 6) o humor descoberto nos acontecimentos menos bons e através do qual se consegue minimizar as emoções negativas e 7) a moralidade que abarca valores morais e éticos de vida pessoal e extensivos à Humanidade em geral. Estas características parecem ser operacionalizadas como traços de personalidade correlacionados com a resiliência, devido ao papel protetor que apresentam em circunstâncias adversas (Anaut, 2005).

Portanto, os fatores de proteção promovem o desenvolvimento da resiliência no indivíduo ou grupos e os fatores de risco comprometem um adequado ajustamento perante situações adversas, quer sejam características do ambiente ou do sujeito (Anaut, 2005; Snyder & Shane, 2009). Por fatores de risco podemos entender as variáveis referentes ao indivíduo e ao meio envolvente que aumentam a possibilidade de ocorrência de respostas de natureza negativa perante situações adversas (Truffino, 2010). Enquanto fatores de proteção encontramos um dado conjunto de variáveis pessoais e contextuais que fazem aumentar a capacidade de resistência a conflitos e de gerir o stresse, sendo que os efeitos destes fatores fazem-se sentir perante situações de risco (e.g. a família e a escola podem revelar-se fatores de proteção) e nas quais atuam enquanto compensações (Truffino, 2010).

Quanto a fatores de proteção ou geradores de risco, acentua Laranjeira (2007) que tal está na dependência da qualidade dos contextos relacionais em que o indivíduo se mova, relevando aqui aspetos como: apoio familiar ou o suporte social de que seja beneficiário.

Em termos de investigação, na área da resiliência, Truffino (2010) destaca três linhas fundamentais: 1) a identificação de fatores ou características resilientes, 2) o estudo dos processos de aquisição de resiliência e 3) a construção de instrumentos de medida desta variável.

Cyrlunick apresentou também um conjunto de características ou traços gerais que descrevem o indivíduo resiliente, independentemente da idade e do sexo (Anaut, 2005). Um QI elevado, a autonomia face aos outros e o conhecimento do meio circundante, a autoestima ou reconhecimento do seu próprio valor, a flexibilidade e a empatia relacional, a capacidade

de antecipar, organizar e avaliar ocorrências e, acima de tudo, demonstrar bom humor mesmo em situações nefastas, são qualidades que se enquadram no perfil resiliente. Não se deve descuidar o facto de que, a Resiliência não é algo absoluto ou conquistado de uma só vez, não é fixa e definitiva, mas constrói-se ao longo do desenvolvimento. Um indivíduo pode ser resiliente em certas circunstâncias e não ser resiliente em outras e, por vezes, a dificuldade em aceder ou fazer uso dos seus recursos latentes pode conduzir a ruturas na resiliência (Anaut, 2005).

A resiliência pode ser medida com o recurso a vários instrumentos, como escalas e questionários de auto ou heteroavaliação, tendo em conta alguns critérios como a medição do nível de ansiedade, do nível de competência social, do sucesso escolar e intelectual e a da sintomatologia clínica (Anaut, 2005).

Luthar, Cicchetti, e Becker (2000) destacam que alguns estudos têm identificado fatores de proteção, também denominados por correlatos, do construto de resiliência, sendo exemplos destes fatores: relevância das relações próximas com adultos apoiantes, escolas eficazes, contatos com adultos competentes em termos psicossociais na comunidade mais alargada. Os mesmos autores acentuam ainda a natureza multidimensional do conceito de resiliência, o que implica, por parte de futuros investigadores, um compromisso no sentido de alargar a especificidade da análise de acordo com os contextos onde o construto venha a ser trabalhado.

Por sua vez, Gomez, Vicent, e Toussaint (2013) procuraram examinar correlatos (ou fatores) psicossociais tais como: afeto, gratidão, stresse percebido, felicidade subjetiva, competência e reatividade emocional numa amostra de conveniência composta por adultos e adolescentes inseridos na comunidade. Embora com limitações, os resultados deste estudo empírico, sugerem que os preditores de ordem psicossocial parecem mostrar-se mais fortemente associados em relação à população adulta do que quanto à população adolescente (embora tal conclusão possa resultar de haverem sido utilizados instrumentos de medida desenhados para adultos). O afeto positivo surge como promotor da resiliência em adultos, ao passo que o afeto negativo assume-se enquanto preditor da resiliência para ambas as populações estudadas.

1.3. Traços de Personalidade e Resiliência

A resiliência vem sendo, cada vez mais, objeto de estudos empíricos que procuram afinar a definição do construto, analisar as variáveis que esta influencia ou com as quais poderá mostrar-se associada, e perceber em que moldes poderá ser aplicada na prática clínica futura.

Garmezy e Masten (1991) apontam a idade, em concreto a juventude enquanto fator individual de proteção em sujeitos resilientes. Gooding, Hurst, Jonhson, e Tarrier (2012)

conduziram um estudo empírico cujo objetivo era aferir as diferenças em termos de resiliência entre adultos mais velhos (> 64 anos) e em adultos mais novos (< 26 anos), tendo concluído que os adultos mais velhos apresentavam níveis de resiliência mais elevados, particularmente quanto a aspetos como a regulação emocional e resolução de problemas; já os adultos mais jovens mostraram-se mais resilientes em termos do suporte social.

Recentemente, MacLeod, Musich, Hawkins, Alsgaard, e Wicker (2016) destacam num estudo por si realizado em que a resiliência pode ser enquadrada enquanto processo contínuo, e não como mero traço de personalidade. Os mesmos autores acentuam que em adultos mais velhos, a resiliência surge associada a uma maior longevidade, menor incidência de depressão e melhor qualidade de vida, no decurso do processo de envelhecimento.

No âmbito do estudo da resiliência considerando outras variáveis sociodemográficas, podemos apontar as conclusões do estudo conduzido por Liu, Fairweather-Schmidt, Burns, Roberts e Anstey (2014), contemplando população não-clínica australiana. Estes encontraram evidência no sentido de, existirem potencialmente algumas diferenças na prevalência de características da resiliência, nuns grupos comparativamente com outros, dependendo tais diferenças de aspetos como a idade ou o sexo dos indivíduos.

Os traços de personalidade vêm sendo relacionados com diversas variáveis, no sentido de explorar as associações entre as mesmas, inexistindo ainda consenso geral quanto ao modelo a considerar em termos do complexo conceito de personalidade. No presente trabalho optou-se por seguir o modelo de personalidade dos cinco fatores tal como proposto por McCrae e Costa (1987).

Em termos de aplicação do modelo teórico dos cinco fatores de personalidade Lima e Simões (2000) reconhecem que tal modelo não constitui uma resposta definitiva e completa quanto à definição do conceito de personalidade, todavia, tem o mérito de organizar os traços de personalidade de uma forma coerente e considera a vertente dinâmica do construto de personalidade, o que corresponde a um avanço relevante face a uma visão meramente estrutural do construto, o que poderá consistir num bom ponto de partida para futuros trabalhos a desenvolver neste âmbito teórico e empírico.

Uma das linhas de estudo da personalidade corresponde em analisar a relação das cinco dimensões deste construto (neuroticismo, extroversão, abertura à experiência, amabilidade e conscienciosidade) com algumas variáveis sociodemográficas básicas, neste sentido ao procurar determinar a associação entre as cinco dimensões da personalidade e variáveis sociodemográficas básicas (e.g. sexo, idade, estado de relacionamento afetivo) e o bem-estar subjetivo. Gutiérrez, Jiménez, Hernández, e Puente (2005) concluíram que a personalidade

aparenta ser um importante correlato do bem-estar subjetivo em especial considerando-se as dimensões extroversão e neuroticismo. Também Scollon e Diener (2006) referem que o neuroticismo vai diminuindo ao longo do ciclo de vida de uma forma consistente e, mais recentemente, Lehmann, Denissen, Allemand, e Penke (2013) referem que as dimensões neuroticismo e extroversão se mostram associadas negativamente com a variável sociodemográfica idade.

Lima et al. (2014) procuraram proceder à caracterização de uma amostra de Portugueses de ambos os géneros em relação à idade, sexo e escolaridade, aplicando aos sujeitos a versão Portuguesa do NEO-FFI. Os resultados do estudo de Lima et al. (2014) apontam no sentido de que as dimensões neuroticismo e extroversão têm tendência para diminuir à medida que a idade avança. Considerando a associação entre dimensões da personalidade e a variável sociodemográfica sexo, Lima et al. (2014) apuraram níveis mais elevados de neuroticismo na subamostra do sexo feminino, comparativamente com a subamostra do sexo masculino. Também quanto à dimensão de personalidade abertura à experiência esta apresenta níveis mais elevados em sujeitos com mais elevado nível de escolaridade (Lima et al., 2014).

Hutz et al. (1998) propuseram criar marcadores que permitissem uma melhor avaliação da personalidade, tendo por base teórica o modelo dos cinco fatores. Hutz et al. (1998) destacam a importância dos resultados do seu estudo, ao ficar demonstrada a possibilidade de aplicar o modelo dos cinco fatores à população Brasileira, favorecendo a argumentação no sentido do uso deste modelo teórico de forma generalizável e transcultural.

Também Campbell-Sills, Cohan, e Stein (2006) promoveram o estudo das possíveis relações entre a resiliência e os cinco fatores de personalidade no âmbito de uma população com perturbações psicopatológicas.

Tomás et al. (2012) estudaram a relação existente entre personalidade e resiliência numa população de doentes com dor crónica, tendo encontrado associações negativas entre o resultado total de resiliência e as dimensões neuroticismo, e associações positivas com as dimensões extroversão, conscienciosidade e abertura à experiência.

Num estudo de revisão teórica, Araújo, Teva, e Bermúdez (2015) concluíram que, em termos de categorias, denota-se uma associação entre níveis elevados de resiliência e níveis baixos de perturbações psicopatológicas. Os resultados encontrados na literatura estudada, por estes autores, suportam a ideia segundo a qual, a resiliência é um elemento de proteção no que diz respeito a: condições de stresse, depressão, ansiedade ou traumas.

Debruçando a sua atenção sobre uma amostra de adolescentes, Fayombo (2010) encontrou uma relação positiva significativa entre as dimensões de personalidade -

conscienciosidade, amabilidade, abertura à experiência e extroversão - e a resiliência psicológica, tendo encontrado, por outro lado, uma relação negativa entre a resiliência e o neuroticismo. Neste mesmo sentido, outros estudos têm sido desenvolvidos em sentido complementar a estas descobertas, como sejam Mak, Wang, e Wong (2011) que encontraram evidências que apontam no sentido de demonstrar que os indivíduos com elevados níveis de resiliência revelam maior satisfação com a vida e níveis mais baixos de depressão.

Liu, Wang, e Lu (2013) encontraram um efeito moderador parcial da resiliência na associação entre a inteligência emocional de traço e o equilíbrio emocional, como potenciadores do bem-estar subjetivo dos indivíduos. Por seu turno, Lu, Wang, Liu, e Zhang (2014), concluíram que a resiliência apresentou um efeito moderador no que diz respeito à associação entre a dimensão extroversão e o afeto negativo, bem como no que se refere à associação entre a dimensão neuroticismo e o afeto positivo.

Autores como Sarubin et al. (2015), num estudo de metanálise, procuram desenvolver as pistas encontradas em estudos anteriores, no sentido de averiguar um possível efeito moderador, entre eventos de vida positivos e negativos, as dimensões de personalidade extroversão e neuroticismo e a variável resiliência, tendo sido aplicados o NEO-FFI, bem como o instrumento *Connor-Davidson Resilience Scale* (CD-RISC). Sarubin et al. (2015) concluíram que os resultados apontam no sentido de que a ocorrência de experiências de vida positivas têm um efeito positivo sobre a resiliência ao elevar os níveis de extroversão e a estabilidade emocional. Porém, ao contrário do que os autores haviam hipotetizado, um baixo nível de extroversão e um elevado nível de neuroticismo não se revelaram enquanto variáveis mediadoras na relação entre as experiências de vida negativas e um baixo nível de resiliência. Apesar de os resultados não apontarem na totalidade para a confirmação integral das hipóteses levantadas, Sarubin et al. (2015) destacam o facto de o seu estudo ser pioneiro na medida em que examina pela primeira vez os efeitos de vida negativos, a personalidade e a resiliência num modelo de múltiplos mediadores, destacando a extrema complexidade associada aos construtos de personalidade e de resiliência.

Todavia, o entendimento da resiliência enquanto traço específico de personalidade encontra também defensores entre investigadores que se dedicam ao estudo deste construto. Hu, Zhang, e Wang (2015), num estudo de metanálise, encontraram uma relação negativa entre a resiliência enquanto traço psicológico e indicadores negativos de saúde mental (e.g. depressão, ansiedade, afeto negativo). Destaca-se uma relação positiva entre indicadores positivos de saúde mental (e.g. satisfação com a vida, afeto positivo) e a resiliência enquanto traço de personalidade (Hu et al., 2015).

2. OBJETIVOS E HIPÓTESES

O objetivo geral deste estudo é a análise exploratória dos dados sociodemográficos com as variáveis da Resiliência e Traços de Personalidade, assim como, o estudo dos efeitos preditores dos Domínios da Personalidade (NEO-FFI) relativamente à Resiliência (CD-RISC), numa amostra de indivíduos da população geral com idade igual ou superior a 18 anos.

Seguidamente, apresentam-se organizados os quatro objetivos e as hipóteses deste estudo:

Objetivo 1 – Caracterizar os dados da amostra da população geral quanto à Resiliência (CD-RISC) e aos Traços de Personalidade (NEO-FFI).

Objetivo 2 – Explorar a relação entre a Resiliência (CD-RISC) e as Variáveis Sociodemográficas (idade, sexo, nível de escolaridade e estado civil).

Objetivo 3 – Explorar a relação entre os diferentes Domínios da Personalidade (NEO-FFI) e as Variáveis Sociodemográficas (idade, sexo, nível de escolaridade e estado civil).

Objetivo 4 – Identificar a existência de efeitos preditores dos Traços de Personalidade (NEO-FFI) relativamente à Resiliência (CD-RISC).

As hipóteses que se seguem estão baseadas no artigo de Sarubin et al. (2015).

Hipótese 1 – Espera-se que uma elevada Conscienciosidade e uma elevada Abertura à Experiência sejam preditoras do resultado total de Resiliência (CD-RISC).

Hipótese 2 – Espera-se que uma elevada Conscienciosidade e um baixo Neuroticismo sejam preditores do resultado total de Resiliência (CD-RISC).

Hipótese 3 – Espera-se que uma elevada Extroversão e um baixo Neuroticismo sejam preditores do resultado total de Resiliência (CD-RISC).

3. MÉTODO

3.1. Participantes

Neste estudo participaram um total de 338 sujeitos da população geral, maioritariamente de nacionalidade portuguesa, com idades iguais ou superiores a 18 anos. Apresentam-se no Quadro 1 os dados sociodemográficos relevantes para análise.

Quadro 1

Caracterização Sociodemográfica da Amostra

Caraterística	Frequências	Percentagens (%)
Sexo		
Feminino	206	60.9
Masculino	132	39.1
Estado Civil		
Solteiro (a)	104	58.3
Casado (a)/União Facto	197	54.5
Divorciado (a)	30	8.9
Viúvo (a)	6	1.8
Escolaridade		
< 4º ano	7	2.1
4º ano	5	1.5
6º ano	16	4.7
9º ano	52	15.4
12º ano	96	28.4
Licenciatura ou mais	162	47.9
Agregado familiar		
Vive só	40	11.8
Vive com o Cônjuge	108	32.0
Cônjuge e terceiros	96	28.4
Vive com terceiros	21	6.2
Vive com os pais	47	13.9
Outro	24	7.1
Religião		
Católico praticante	64	18.9
Católico não praticante	185	54.7
Outra religião	9	2.7
Sem religião	78	23.1
Situação laboral		
Empregado	262	77.5
Desempregado	26	7.7
Reformado	18	5.3
Dona de casa	3	.9
Estudante	2	8.6

Os participantes têm idades compreendidas entre os 18 anos e os 83 anos, com uma média de 41.07 anos e desvio-padrão de 13.56 anos. Em relação ao sexo, existe o predomínio do sexo feminino (60.9%) comparado com o sexo masculino (39.1%). De entre todos os participantes, 47.9% têm estudos superiores, 77.5% exercem uma profissão, 32.0% vivem com o cônjuge, 63.9% estão satisfeitos com a situação económica e, 45.6% indicam ter vivido pelo menos uma situação traumática.

3.2. Instrumentos

Para a realização do presente estudo empírico foram usados os seguintes instrumentos:

1) Questionário Sociodemográfico; 2) Inventário dos Cinco Fatores de Personalidade (NEO-FFI); 3) Escala de Resiliência de Connor-Davidson (CD-RISC).

3.2.1. Questionário Sociodemográfico (QS)

O questionário sociodemográfico utilizado é composto por 18 itens e tem como finalidade a recolha de diversos dados sociodemográficos tais como, a idade, o sexo, a área de residência, o nível de ensino, a situação laboral e económica, o estado civil e o agregado familiar, as relações familiares e de amizade, as crenças religiosas, o atual estado de saúde e as possíveis doenças (foro físico ou psicológico) e questiona ainda as possíveis vivências traumáticas. É composto por questões de resposta aberta, fechada e múltipla, onde o participante indica apenas a opção que define melhor a sua situação. O respetivo questionário encontra-se no Anexo II e foi aplicado a todos os participantes, no entanto para a presente investigação será utilizada apenas a informação das seguintes variáveis: idade, sexo, estado civil e nível de escolaridade.

3.2.2. Inventário dos Cinco Fatores de Personalidade (NEO-FFI)

O Inventário dos Cinco Fatores de Personalidade (NEO Five-Factor Inventory - NEO-FFI – Costa e McCrae (1989) corresponde a uma versão abreviada do NEO PI-R concebida para proporcionar uma medida rápida, fiável e válida dos cinco domínios da personalidade do adulto (Lima, 2002). Com efeito, tendo sido adaptado a partir de uma versão reduzida do inventário de cinco fatores NEO, criado por Costa e McCrae (1989), e adaptado à população portuguesa por Lima e Simões (2000), o NEO-FFI foi elaborado com o objetivo de abarcar as medidas de personalidade entendidas de acordo com cinco domínios distintos: neuroticismo, extroversão, abertura à experiência, amabilidade e conscienciosidade. Os cinco domínios considerados, segundo Allemand, Zimprich, e Henriks (2008), vêm sendo propostos para resumir as diferenças individuais nos traços de personalidade humana. O modelo, sobre o qual assenta o instrumento, operacionaliza a variável personalidade de acordo com uma perspetiva diferencial (Lima & Simões, 2000) considerando que os traços de personalidade parecem ser

disposições endógenas que se desenvolvem de forma independente perante as influências ambientais. (Terracciano, McCrae, Brant, & Costa, 2005).

Na medição destes cinco domínios, o NEO-FFI é composto por 60 itens, com uma escala de likert de 5 pontos, desde o “Discordo fortemente” (1) ao “Concordo totalmente” (5). No que diz respeito à validade do instrumento, diversos estudos têm confirmado a relação entre inúmeras variáveis e os domínios do NEO, assim como o poder preditor das suas escalas (Costa & McCrae, 1989), tendo em conta a uma variedade de critérios externos, tais como o bem-estar psicológico, os traços interpessoais ou o pensamento divergente.

No que diz respeito à fiabilidade, as escalas do NEO-FFI apresentam correlações de .75 a .89 com os fatores do NEO-PI, apresentando uma consistência interna entre .74 a .89 na amostra original americana, e de .56 a .81 na amostra portuguesa (Lima, 2002). No presente estudo, verifica-se uma consistência interna, efetuada com recurso ao cálculo do coeficiente alfa de Cronbach, de .84 para o traço “neuroticismo”, .76 para o traço “extroversão”, .63 para o traço “abertura à experiência”, .69 para o traço “amabilidade” e, .84 para o traço “conscienciosidade”- demonstrando-se como um instrumento adequado a ser utilizado nesta investigação.

Lima (2002) refere que os resultados de várias investigações relativas a fidelidade e validade do NEO-FFI foram convincentes, e que nos últimos estudos sobre a validade de construto das escalas têm havido um especial enfoque no acordo interobservador. Este instrumento é um dos poucos testes de personalidade, especificamente construídos para adultos, a poder ser aplicado durante toda a idade adulta, a partir dos 17 anos de idade, a sujeitos de todos os níveis de escolaridade e estatuto social. Com efeito, o modelo dos cinco fatores oferece um guia concetual que pode ser utilizado sempre que é avaliada a personalidade. É relevante mencionar que a dimensão *neuroticismo* avalia a adaptação versus estabilidade emocional e identifica os indivíduos com tendência para experimentar emoções negativas (o medo, a tristeza, a raiva), baixa tolerância à frustração e a dificuldade em lidar com o *stress* (Lima, 2000). A estabilidade emocional é vista como a tendência para ser calmo e capaz de enfrentar situações difíceis sem grande dificuldade. A dimensão *extroversão* relaciona-se com o comportamento interpessoal, avalia as emoções positivas e a capacidade de as manifestar, o nível de atividade e a necessidade de estimulação e pode ser descrita como a tendência para ser sociável, assertivo, falador, ativo, enérgico e otimista. A dimensão *abertura à experiência* distingue-se pela procura proativa e pela vivência de novas experiências, uso de imaginação e sensibilidade estética, curiosidade e capacidade de explorar o mundo não familiar. A dimensão *amabilidade* avalia o comportamento do indivíduo face aos outros, expressa a tendência para

ser agradável, altruísta, simpático e disponível para ajudar os outros. E, por fim, a dimensão *conscienciosidade* avalia a capacidade de planejar, organizar e concretizar tarefas, é vista como a tendência para o indivíduo ser determinado, cumpridor e possuir força de vontade (Lima & Simões, 2000).

3.2.3. Escala de Resiliência de Connor – Davidson (CD-RISC)

Foi utilizada a escala de Resiliência de Connor-Davidson (CD-RISC) (Connor & Davidson, 2003), traduzida e adaptada para a população portuguesa por Faria-Anjos, Ribeiro, e Ribeiro (2010). Trata-se de uma escala de autorrelato, criada para ajudar a quantificar a resiliência e como uma medida clínica para avaliar a resposta ao tratamento (Connor & Davidson, 2003). A CD-RISC é composta por 25 itens, avaliados numa escala tipo likert de 5 pontos (0 = “Não verdadeira”; 1 = “Raramente verdadeira”; 2 = “Às vezes verdadeira”; 3 = “Geralmente verdadeira”; e 4 = “Quase sempre verdadeira”). É solicitado ao indivíduo que complete a escala, indicando até que ponto concorda com as informações dos itens e até que ponto estas se aplicam à sua realidade e a si próprio na última semana. O resultado desta escala varia entre 0 e 100, sendo que resultados mais elevados indicam uma maior resiliência (Connor & Davidson, 2003). Na análise fatorial da versão original desta escala, foram identificados 5 fatores, sendo que: o Fator 1 reflete a noção de competência pessoal, normas elevadas e tenacidade; o Fator 2 corresponde à confiança do próprio nos seus instintos, tolerância ao efeito negativo e efeito reforçador do stresse; o Fator 3 diz respeito à aceitação positiva da mudança e segurança nas relações; o Fator 4 relaciona-se com o controlo; e o Fator 5 com as influências espirituais. O instrumento foi testado na população geral e nas amostras clínicas e demonstrou boas propriedades psicométricas, com uma boa consistência interna .89 (Connor & Davidson, 2003). À semelhança da versão original, a versão adaptada à população portuguesa também possui uma consistência interna de .88 que lhe confere boas as propriedades psicométricas. Contudo, a análise fatorial dos dados recolhidos junto da população portuguesa resultou numa estrutura fatorial distinta da estrutura da escala original, tendo esta apenas 4 fatores (Fator 1 - noção de competência pessoal, normas elevadas, tenacidade e controlo; Fator 2 - confiança do próprio nos seus instintos, tolerância ao efeito negativo e efeito reforçador do stress; Fator 3 - aceitação positiva da mudança e segurança nas relações; e Fator 4 - influências espirituais) (Faria-Anjos et al., 2010). No presente estudo, verifica-se no CD-RISC uma consistência interna calculada com o recurso ao cálculo do coeficiente alfa de Cronbach de .91, demonstrando-se como um instrumento adequado a ser utilizado nesta investigação.

3.3. Procedimento

Como anteriormente referido, o presente estudo faz parte de um Projeto de Investigação com a temática “Personalidade e Psicopatologia”, inserido no domínio da Psicologia Clínica Dinâmica da Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa.

A amostra foi recolhida mediante a aplicação de um protocolo composto por nove instrumentos de medida psicológica (questionários de autorrelato). O presente estudo usou apenas três dos nove instrumentos que se encontram descritos na secção acima 3.2. Para o total preenchimento do protocolo estima-se a duração média de uma hora e trinta minutos. Juntamente, foi adicionado o consentimento informado por escrito (ver Anexo I), contendo toda a informação relevante acerca do estudo e um contato do investigador, caso o participante tivesse a necessidade de esclarecer possíveis dúvidas no decorrer do preenchimento ou quisesse saber alguma informação adicional acerca dos resultados globais de investigação. Cada protocolo foi numerado e entregue pessoalmente a cada participante num envelope com fecho adesivo, solicitando-se o seu preenchimento integral. A respetiva recolha de dados decorreu entre fevereiro e maio de 2016, através do método “Bola de Neve”. Em todos os procedimentos de recolha e análise de dados foi assegurada a confidencialidade.

Para a análise dos dados recolhidos foi utilizado o programa *Statistical Package for Social Sciences* (SPSS, versão 22). Inicialmente realizou-se uma análise descritiva da amostra com os instrumentos de medida utilizados. Para explorar a forma como se relacionam entre si as variáveis sociodemográficas com a CD-RISC e com o NEO-FFI foram utilizados os seguintes métodos e testes estatísticos: coeficiente de correlação de *Pearson*, na comparação de médias foi utilizada a estatística de teste *t*- de Student para amostras independentes e a análise de variância a um fator – ANOVA, com recurso ao teste de *Tukey*, quando os resultados da mesma o justificaram. Para análise dos efeitos preditores do Traços de Personalidade relativamente à Resiliência, recorreu-se à análise de regressão linear múltipla através do método *standard* (Marôco, 2011).

Consideram-se estatisticamente significativos os efeitos para $p\text{-values} \leq .05$.

4. RESULTADOS

Neste capítulo apresentam-se os resultados que pretendem dar resposta aos objetivos e hipóteses apresentados no ponto 2.

4.1. Objetivo 1 – Caraterizar os dados da amostra quanto à Resiliência (CD-RISC) e aos Traços de Personalidade (NEO-FFI).

4.1.1. Caraterização da amostra em relação ao CD-RISC.

Apresenta-se a análise descritiva dos dados da amostra em relação à resiliência (Total e fatores componentes – fator 1 (competência pessoal), fator 2 (confiança nos instintos), fator 3 (aceitação positiva da mudança e segurança nas relações), fator 4 (influências espirituais). Foi efetuado o cálculo da Média e do Desvio-padrão (Quadro 2).

Quadro 2

Caraterização da Amostra através do Instrumento CD-RISC

Resiliência	<i>M</i>	<i>DP</i>
Total CD-RISC	69.27	13.51
Fator 1	27.62	5.42
Fator 2	22.65	5.75
Fator 3	11.53	2.74
Fator 4	7.48	2.70

Nota. N = 338

4.1.2. Caraterização da amostra em relação ao NEO-FFI.

Apresenta-se a análise descritiva dos dados da amostra em relação aos domínios da personalidade. Foi executado o cálculo da Média e do Desvio-padrão (Quadro 3).

Quadro 3

Caraterização da Amostra através do Instrumento NEO-FFI

Domínios NEO-FFI	<i>M</i>	<i>DP</i>
Neuroticismo	22.87	7.91
Extroversão	30.23	6.10
Abert. Experiência	28.26	5.66
Amabilidade	32.48	5.36
Conscienciosidade	35.01	6.38

Nota. N = 338

4.2. Objetivo 2 – Explorar a relação entre a Resiliência (CD-RISC) e as Variáveis Sociodemográficas (idade, sexo, nível de escolaridade e estado civil).

4.2.1. Análise da relação entre a Resiliência e a Idade

Na análise da associação entre a resiliência e a idade, foi efetuada uma análise correlacional, recorrendo ao coeficiente de correlação de *Pearson* (r). Desta análise, não foi possível estabelecer uma relação entre a idade dos participantes e o nível de resiliência total ($r = -.02, p = .752$).

4.2.2. Comparar a Resiliência em ambos os Sexos

Para testar a hipótese de que as mulheres e os homens diferem nos níveis de resiliência foi aplicada a estatística de teste t - de Student para amostras independentes. As mulheres ($n = 206$) aparecem associadas a níveis mais altos de resiliência ($M = 70.22; DP = 12.99$) comparativamente com os homens ($n = 132$), que apresentaram níveis mais baixos ($M = 67.80; DP = 14.21$). A diferença das médias, no entanto, não se revelou estatisticamente significativa ($t(336) = -1.61, p = .108$). Assim, na amostra em estudo, as mulheres e os homens não diferem significativamente quanto à resiliência.

4.2.3. Comparar a Resiliência relativamente ao Nível de Escolaridade

Para avaliar se existe influência significativa do nível de escolaridade sobre o resultado total de resiliência, foram criados três grupos de escolaridade, sendo que o primeiro grupo corresponde à escolaridade até ao 4º ano completo, o segundo grupo aos níveis intermédios (6º ano, 9º ano e 12º ano) e o terceiro grupo ao ensino superior (licenciatura ou acima). Para esta análise foi aplicada uma análise de variância a um fator - ANOVA e resultou que $F(2,335) = 1.48, p = .228, \eta^2 = .01$, não sendo possível rejeitar a hipótese nula de igualdade de médias, permitindo concluir que para qualquer nível de significância, não existem diferenças significativas nos diferentes níveis de escolaridade em relação à resiliência.

4.2.4. Comparar a Resiliência relativamente ao Estado Civil

Para avaliar se existe influência significativa do estado civil sobre o nível de resiliência, foi efetuada uma análise de variância a um fator – ANOVA. Os pressupostos deste método estatístico foram validados – Normalidade (*Kolmogorov-Smirnov*) e Homogeneidade de variâncias (estatística de *Levene*). Uma vez que $F(3, 333) = 3.10, p = .027, \eta^2 = .03$, rejeita-se a hipótese nula de igualdade de médias, permitindo levantar a possibilidade de que as médias dos vários grupos não serão todas iguais.

O teste *post hoc de Tukey* revelou, no entanto, que o nível de Resiliência não se mostrou significativamente diferente ($p = .123, d = -.27$) quando se comparam a média dos Solteiros ($M = 67.42; DP = 14.14$) com a média dos Casados ($M = 71.01; DP = 12.46$), igualmente na

comparação entre estes e os Viúvos ($M = 64.83$; $DP = 18.63$), em que $p = .968$, $d = -.16$ e com os Divorciados ($M = 64.80$; $DP = 15.50$) com $p = .78$, $d = .18$. Não se encontraram igualmente valores significativos quando se comparam os Viúvos com os Casados ($p = .682$, $d = .40$) e com os Divorciados ($p = .99$, $d < .01$). O valor próximo da significância que poderá justificar o valor encontrado na ANOVA, encontra-se na comparação entre os Casados e os Divorciados ($p = .086$, $d = .44$).

4.3. Objetivo 3 - Explorar a relação entre os diferentes Domínios da Personalidade e as Variáveis Sociodemográficas (idade, sexo, nível de escolaridade e estado civil).

4.3.1. Analisar a relação entre os Domínios da Personalidade e a Idade

Na análise da associação entre os diferentes domínios da personalidade e a idade, foi efetuada uma análise correlacional, recorrendo ao coeficiente de correlação de *Pearson* (r).

Quadro 4

Correlações entre os Domínios da Personalidade e a Idade

Domínios NEO-FFI	Idade	
	r	p
Neuroticismo	-.16	.003
Extroversão	-.07	.212
Abert. Experiência	-.08	.148
Amabilidade	.12	.033
Conscienciosidade	.15	.007

Nota. A negrito estão identificados os casos em que $p < .05$.

Os resultados indicam uma associação negativa entre o Neuroticismo e a Idade, ou seja, quanto mais a idade avança mais o Neuroticismo decresce. Quanto às dimensões Amabilidade e Conscienciosidade, parecem indicar uma associação positiva com a Idade, ou seja, ambas as dimensões aumentam os seus valores à medida que a idade avança.

4.3.2. Comparar os Domínios da Personalidade em ambos os Sexos

Para analisar a diferenças entre mulheres ($n = 206$) e homens ($n = 132$) nos diferentes domínios da personalidade, foi aplicada a estatística de teste t - de Student amostras independentes. Os resultados apresentam-se no quadro 5.

Quadro 5

Comparação de Médias entre Homens e Mulheres nos Domínios da Personalidade

Domínios NEO-FFI	Homens		Mulheres		<i>t</i>	<i>p</i>
	<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>M</i>	<i>DP</i>		
Neuroticismo	22.02	7.51	23.41	8.13	-1.59	.113
Extroversão	29.68	5.52	30.58	6.43	-1.33	.186
Abert. Experiência	27.52	6.03	28.74	5.37	-1.95	.052
Amabilidade	31.39	5.42	33.18	5.22	-3.02	.003
Conscienciosidade	33.77	6.19	35.80	6.39	-2.89	.004

Nota. A negrito estão identificados os casos em que $p < .05$.

Na comparação de médias entre homens e mulheres nos Domínios de Personalidade os resultados parecem ser estaticamente significativos nos domínios da Amabilidade e da Conscienciosidade, salientando-se que as mulheres são mais amáveis e conscienciosas do que os homens.

4.3.3. Comparar os Domínios da Personalidade relativamente ao Nível de Escolaridade

Para avaliar se existe influência significativa do nível de escolaridade sobre os domínios da personalidade, foram criados três grupos de escolaridade, sendo que o primeiro grupo corresponde à escolaridade até ao 4º ano completo, o segundo grupo aos níveis intermédios (6º ano, 9º ano e 12º ano) e o terceiro grupo ao ensino superior (licenciatura ou acima). Nesta análise foram efetuadas análises de variância a um fator – ANOVA. Os pressupostos deste método estatístico foram validados. Desta análise, resultou que não existe diferença significativa nos diferentes níveis de escolaridade quer no Neuroticismo – $F(2,335) = .72$, $p = .489$, $\eta^2 < .01$, quer na Extroversão – $F(2,335) = 1.61$, $p = .201$, $\eta^2 = .01$, quer a nível da Amabilidade $F(2,335) = 1.48$, $p = .229$, $\eta^2 = .0$, quer em relação à Conscienciosidade – $F(2,335) = .56$, $p = .573$, $\eta^2 < .01$. Quanto à Abertura à Experiência, foi encontrado que $F(2,335) = 15.65$, $p < .001$, $\eta^2 = .09$, pelo que se assume a existência de diferenças significativas nos diferentes níveis de escolaridade em relação a este domínio. Foi aplicado o teste *post hoc* de Tukey e dos resultados deste encontraram-se diferenças significativas ($p = .004$, $d = 1.17$) na comparação entre os participantes com \geq licenciatura ($M = 29.94$; $DP = 5.66$) e aqueles que possuem o 6º, 9º e 12º anos ($M = 26.87$; $DP = 5.34$) em que $p < .001$, $d = .56$. Tal não se encontra na comparação entre o 1º e o 2º grupo nos quais não existem diferenças significativas ($p = .395$, $d = .50$) quanto à Abertura à Experiência

4.3.4. Comparar os Domínios da Personalidade relativamente ao Estado Civil

Para avaliar se existe influência significativa do estado civil sobre os domínios da personalidade estudados, foram efetuadas análises de variância a um fator – ANOVA. Os pressupostos deste método estatístico foram validados. Destas análises resultou que não existe diferença significativa nos diferentes estados civis, quer ao nível da Extroversão – $F(3, 333) = .17, p = .918, \eta^2 < .01$, quer ao nível da Abertura à Experiência – $F(3, 333) = .53, p = .660, \eta^2 < .01$, quer ao nível da Amabilidade – $F(3, 333) = 1.00, p = .391, \eta^2 < .01$. Quanto ao Neuroticismo – $F(3, 333) = 2.62, p = .051, \eta^2 = .02$, o valor situa-se próximo da significância e no caso da Conscienciosidade – $F(3, 333) = 5.85, p = .001, \eta^2 = .05$ verifica-se diferença significativa. Procedeu-se à comparação das médias usando o teste *post hoc* de Tukey. Deste, resultaram diferenças significativas no Neuroticismo, quando comparados os participantes Casados ($M = 21.88; DP = 7.28$) e os Solteiros ($M = 24.45; DP = 8.80$) com $p = .037, d = .32$, e na Conscienciosidade, quando comparados os Casados ($M = 36.04; DP = 5.71$) e os Solteiros ($M = 32.89; DP = 7.35$) com $p = .001, d = -.48$.

4.4. Objetivo 4 – Identificar a existência de efeitos preditores dos Traços de Personalidade (NEO-FFI) relativamente à Resiliência (CD-RISC).

Hipótese 1: Espera-se que uma elevada Conscienciosidade e uma elevada Abertura à Experiência sejam preditoras do resultado total de Resiliência (CD-RISC).

Hipótese 2: Espera-se que uma elevada Conscienciosidade e um baixo Neuroticismo sejam preditores do resultado total de Resiliência (CD-RISC).

Hipótese 3: Espera-se que uma elevada Extroversão e um baixo Neuroticismo sejam preditoras do resultado total de Resiliência (CD-RISC).

No teste das respetivas hipóteses foram realizadas análises de regressão múltipla, método *standard*, cujos resultados se apresentam no quadro 6. Análises preliminares de normalidade, multicolinearidade, homogeneidade das variâncias e lineariedade foram executadas de forma a validar o método de análise escolhido.

Quadro 6

Preditores da Resiliência – Resultados das Análises de Regressão Múltipla

Resiliência							
Preditores	R^2	F	p	B	β	t	p
Hipótese 1	.23	51.00	.0001*				
Conscienciosidade				1.01	.48	10.00	.0001*
Abert. Experiência				.23	.10	2.04	.042*
Hipótese 2	.34	86.02	.0001*				
Neuroticismo				-.62	-.37	-7.53	.0001*
Conscienciosidade				.70	.33	6.83	.0001*
Hipótese 3	.36	96.24	.0001*				
Extroversão				.83	.38	7.88	.0001*
Neuroticismo				-.58	-.34	-7.14	.0001*

Nota. * Two-tailed.

Os resultados confirmaram as hipóteses colocadas, indicando que a Resiliência é predita pelos traços de personalidade hipotetizados. A Conscienciosidade ($\beta = .48$) e a Abertura à Experiência ($\beta = .10$) associam-se significativamente com o resultado total da Resiliência explicando 23% da variância; o Neuroticismo ($\beta = -.37$) e a Conscienciosidade ($\beta = .33$) associam-se significativamente com o resultado total da Resiliência explicando 34% da variância; a Extroversão ($\beta = .38$) e o Neuroticismo ($\beta = -.34$) associam-se significativamente com o resultado total da Resiliência explicando 36% da variância.

5. DISCUSSÃO

Neste capítulo será apresentada a discussão de resultados, de acordo com os objetivos gerais e as hipóteses apresentadas no ponto 2 do presente trabalho (p.15).

5.1. Análise da relação entre a Resiliência e as Variáveis Sociodemográficas

Neste ponto, na amostra em estudo não foram encontrados resultados significativos em nenhuma das variáveis sociodemográficas analisadas, na sua relação com a Resiliência.

A idade (juventude) surge indicada como fator de proteção individual nos sujeitos resilientes (Garmezy & Masten, 1991), ideia esta que não vai ao encontro de outra literatura, onde a resiliência vem sendo equacionada enquanto um processo contínuo, e não enquanto mero traço de personalidade. MacLeod et al. (2016) encontraram evidências que apontam no sentido segundo o qual os adultos mais velhos apresentam níveis de resiliência associados a uma longevidade mais dilatada no tempo, denotando igualmente uma menor incidência de depressão e uma melhor qualidade de vida ao longo do respetivo processo de envelhecimento.

Na amostra populacional alvo deste estudo não foram encontradas relações significativas entre o nível de resiliência e a idade dos participantes, encontrando-se, pelo contrário a sugestão de uma tendência em sentido inverso, donde decorre que, em oposição ao encontrado na literatura, os participantes mais velhos apresentam menor resiliência do que os participantes mais jovens. Gooding et al. (2012) efetuaram um estudo com o objetivo de investigar a resiliência em adultos mais velhos (> 64 anos), comparados com os mais novos (< 26 anos). Deste estudo concluíram que os adultos mais velhos eram o grupo mais resiliente, em especial, em relação à regulação emocional e à resolução de problemas, os mais novos, no entanto, mostravam-se mais resilientes em relação ao suporte social. Desta forma, uma possível justificação para os resultados encontrados neste trabalho, pode centrar-se no facto de que a grande maioria dos participantes apresentam idades compreendidas entre os 30 e os 65 anos, localizando-se esta mesma percentagem de pessoas na meia-idade e não permitindo conhecer o comportamento dos polos no que diz respeito à resiliência.

No que diz respeito ao sexo, Garmezy e Masten (1991) sugerem que o mesmo se afirma como um dos fatores de proteção individual. Num estudo com população geral australiana, Liu et al. (2014) encontraram evidências que apontam no sentido de existirem de forma potencial algumas diferenças em termos de prevalência de características da resiliência em grupos, comparativamente com outros, sendo que tal prevalência se mostra dependente do sexo dos indivíduos, e que as mulheres parecem mostrar-se mais resilientes do que os homens. No presente estudo não se encontrou uma diferença significativa entre homens e mulheres.

Na comparação da Resiliência relativamente ao Nível de Escolaridade, não se verificam diferenças significativas entre as médias do primeiro grupo (escolaridade até ao 4º ano completo), do segundo grupo (6º ano, 9º ano e 12º ano) e do terceiro grupo (Licenciatura ou superior), indo ao encontro do estudo realizado em Portugal por Andrade (2015), com população prisional, em que a autora conclui que a escolaridade não influencia o autoconceito nem a resiliência dos participantes.

Quando se compara a resiliência nos diferentes estados civis, Soltys e Wozniewicz (2016), encontram um papel moderador no facto de ter um parceiro, que apesar de bastante fraco, é significativo. Os resultados que os autores obtêm contradizem estudos anteriores sobre a resiliência (Soltys & Wozniewicz, 2016; Wade et al., 2013), sendo, no entanto, consistentes com numerosos estudos sobre o papel do estado civil realizados no campo da psicologia positiva.

No presente estudo, e acrescentando aos resultados pouco coerentes encontrados em estudos anteriores, não foram encontradas diferenças estaticamente significativas nos diferentes estados civis (solteiro, casado, divorciado e viúvo) em relação à resiliência. O valor inicialmente encontrado parece sugerir a existência de alguma diferença significativa entre os tais grupos, mas, numa análise mais fina, não se encontra nada de nota. Vale realçar que se encontra um valor próximo da significância na comparação entre os casados e os divorciados. Este valor poderá corroborar os resultados no estudo de Wade et al. (2013) que apontam para a existência de uma associação entre os casados, a resiliência e a avaliação subjetiva de saúde em relação aos solteiros. Noutros estudos constatou-se que os participantes casados poderiam estar associados a uma maior longevidade e melhor nível de saúde, promovendo ao mesmo tempo a interação, a integração e o suporte social dos indivíduos (Wade et al., 2013).

5.2. Análise da relação entre os Domínios da Personalidade e as Variáveis Sociodemográficas

Vêm sendo estudadas as possíveis associações entre as dimensões da personalidade no âmbito do Modelo dos Cinco Fatores da Personalidade e algumas variáveis sociodemográficas (e.g. sexo, idade e estado de relacionamento afetivo), sendo a personalidade apontada como um importante correlato em termos de bem-estar subjetivo, considerando-se as dimensões extroversão e neuroticismo (Gutiérrez et al., 2004).

Quanto à relação da variável sociodemográfica Idade com os domínios da personalidade encontraram-se no presente estudo alguns resultados significativos, nomeadamente, verificou-se que indivíduos mais velhos apresentavam menores níveis de neuroticismo e níveis mais elevados de amabilidade e conscienciosidade. Foi encontrada uma

associação negativa entre a dimensão Neuroticismo e a Idade. Estes dados seguem no sentido da literatura existente (e.g., Lima et al., 2014; Scollon & Diener, 2006). Também Lehmann et al. (2013) encontram uma associação negativa entre as dimensões neuroticismo e extroversão e a variável idade.

No que respeita, à associação entre as dimensões da personalidade e a variável sociodemográfica sexo, no presente estudo, apuraram-se resultados que apontam no sentido de o sexo feminino apresentar os domínios de Amabilidade e Conscienciosidade mais elevados, estes resultados de alguma forma complementam o apurado por Lima et al. (2014) e seguem no sentido de revisões sobre esta temática (e.g., Weiss et al., 2005).

Tendo em conta a comparação entre os domínios da personalidade e a variável sociodemográfica nível de escolaridade, neste estudo, verificou-se existir uma diferença significativa nos distintos níveis de escolaridade no que se refere à Abertura à Experiência. Os resultados encontrados mostram-se em consonância com o estudo de Lima et al. (2014) no qual os indivíduos com nível de escolaridade mais elevado apresentam resultados superiores em termos da dimensão Abertura à Experiência.

Em termos de comparação dos diferentes domínios da personalidade tendo em conta os diferentes estados civis, no presente estudo, apurou-se não existirem diferenças significativas nos estados civis quanto às dimensões: Extroversão, Abertura à Experiência e Amabilidade, todavia, encontraram-se valores próximos da significância estatística para as dimensões Neuroticismo e Conscienciosidade. Optou-se por realizar uma análise mais específica, com recurso ao método de *Tukey* o que permitiu apurar diferenças significativas para as dimensões Neuroticismo e Conscienciosidade em relação a solteiros e casados. Os sujeitos solteiros apresentam um nível mais elevado de Neuroticismo e os sujeitos casados apresentam um nível mais reduzido para esta dimensão da personalidade, enquanto que para a dimensão Conscienciosidade, os casados revelam um nível mais elevado desta dimensão comparativamente com os solteiros. Pode ser arriscado generalizar este resultado, na medida em que muitos outros fatores podem influenciar as dimensões da personalidade no contexto de uma relação afetiva, aliás, como referem Gutiérrez et al. (2004), é duvidoso que a existência ou não de uma relação afetiva influencie o balanço em termos de bem-estar subjetivo, sendo controlados os efeitos das dimensões de personalidade neuroticismo e extroversão. Parece-nos pertinente complementar o estudo das dimensões da personalidade tendo em consideração o estado civil dos sujeitos através de instrumentos que permitam completar o estudo da variável estado civil, a qual poderá ser contextualizada de forma muito diversa entre os vários participantes num estudo, sendo esta uma boa pista para trabalhos futuros.

5.3. Análise dos efeitos preditores dos Traços de Personalidade relativamente à Resiliência

Em consonância com a literatura (e.g., Araújo et al., 2015; Campbell-Sills et al., 2006; Hutz et al., 1998; Hu et al., 2015; Laranjeira, 2007; Sarubin et al., 2015; Tomás et al., 2012) os resultados deste estudo apontam no sentido das dimensões de personalidade Conscienciosidade e Abertura à Experiência serem preditoras da Resiliência, o que comprova que é possível encontrar relação entre os níveis de Resiliência e o Modelo dos Cinco Fatores de Personalidade, mostrando-se confirmada a Hipótese 1 do presente estudo, segundo a qual era esperado que uma elevada Conscienciosidade e uma elevada Abertura à Experiência teriam um efeito preditor em relação ao resultado total da Resiliência (CD-RISC).

Sendo o presente estudo realizado com base numa amostra populacional Portuguesa, o mesmo sugere que teórica e empiricamente as conclusões obtidas nos estudos anteriores poderão ser generalizáveis ao nível transcultural.

Este estudo permite ainda concluir pela confirmação da Hipótese 2, segundo a qual era esperado que uma elevada Conscienciosidade e um baixo nível de Neuroticismo fossem preditores de um resultado total de Resiliência (CD-RISC), o que vai ao encontro da literatura (e.g., Araújo et al., 2015; Campbell-Sills et al., 2006; Hutz et al., 1998; Hu et al., 2015; Sarubin et al., 2015; Tomás et al., 2012).

Importa ter em consideração que, neste estudo, não foram avaliados os eventos de vida (positivos ou negativos) que podem revelar-se com impacto sobre a Resiliência e os Traços de Personalidade. A análise dos modelos preditivos proposta por Sarubin et al. (2015) é mais completa, neste aspeto e faculta diversas pistas a explorar futuramente em termos de estudos empíricos, sendo interessante validar para a população Portuguesa instrumentos de medição de outros construtos como os eventos de vida e os afetos positivos/negativos.

Também consoante foi hipotetizado neste estudo, um elevado nível de Extroversão e um baixo nível de Neuroticismo revelaram-se preditores do resultado total da Resiliência (CD-RISC), mostrando-se confirmada a Hipótese 3, o que vem sendo suportado pela literatura de forma bastante consistente (e.g., Araújo et al., 2015; Fayombo, 2010; Hu et al., 2015; Liu et al., 2013; Lu et al., 2014; Mak et al., 2011; Sarubin et al., 2015; Tomás et al., 2012).

CONCLUSÕES

Apresentam-se as conclusões principais do estudo e suas limitações, passando igualmente à proposta de futuras linhas de investigação que possam ter sido suscitadas durante o mesmo.

Como tal, de forma a poder acrescentar à crescente investigação na área da resiliência, foram obtidos resultados interessantes já levantados por investigações anteriores em relação ao efeito dos fatores da personalidade, das características sociodemográficas, na capacidade de resiliência dos sujeitos.

No presente estudo foram confirmadas as 3 hipóteses colocadas em relação ao efeito preditor dos fatores da personalidade em relação à resiliência. Uma elevada Conscienciosidade e Abertura à Experiência, uma elevada Conscienciosidade e um baixo Neuroticismo tal como uma elevada Extroversão e um baixo Neuroticismo aparecem como características que predizem a Resiliência.

O facto de haver uma maior Abertura à Experiência em participantes com uma maior escolaridade (Licenciatura ou superior) quando em comparação com participantes com níveis de escolaridade mais baixos confirma os dados da literatura e surge como um fator interessante que sugere maior exploração, quer na sua singularidade, quer na sua relação indireta com a Resiliência, pois aparece como um preditor da mesma.

Não se encontraram relações diretas entre os dados sociodemográficos (quer a nível da idade, do sexo, da escolaridade quer no estado civil) e a capacidade de resiliência, no entanto, encontram-se relações destes com a personalidade que podem predizer a mesma. Conclui-se que as pessoas mais velhas tendem a ser menos neuróticas, mais amáveis e conscienciosas do que as mais novas, o que parece ir de encontro ao encontrado por Gooding et al. (2012) em que os adultos mais velhos se apresentavam como o grupo mais resiliente, em especial, em relação à regulação emocional. Quanto ao sexo, conclui-se que as mulheres são mais amáveis e conscienciosas, o que, indiretamente, suporta investigações anteriores de Liu et al. (2014) que apontam no sentido das mulheres se mostrarem mais resilientes do que os homens.

A limitação mais compressora deste estudo localiza-se exatamente nestes pontos, sendo que o facto de os participantes serem, na sua grande maioria, de meia-idade, não permite explorar, de uma forma mais conclusiva, o comportamento dos polos, nomeadamente, abaixo dos 26 anos e acima dos 64 anos de idade. O mesmo acontece no facto de a grande maioria ser do sexo feminino e possuir o ensino superior, o que pode tornar os resultados mais tendenciosos.

Noutro sentido, e apesar de não se afirmar como um valor significativo, a resiliência nos participantes casados parece tender para ser superior à dos divorciados, indo de encontro aos benefícios de ter um parceiro de vida (Soltys & Wozniewicz, 2016). O mesmo se encontra quando se olha aos fatores da personalidade em relação ao estado civil, onde os participantes casados apresentam, significativamente, níveis inferiores de Neuroticismo e superiores na Conscienciosidade, quando comparados com os solteiros, o que quando olhamos aos preditores poderão igualmente influenciar os resultados da resiliência, quando confirmamos a Hipótese 2, em que uma elevada Conscienciosidade e um baixo Neuroticismo se apresentam como preditores significativos do resultado total de Resiliência (CD-RISC).

Considerando que a Resiliência vem a ser cada vez mais enquadrada enquanto processo contínuo e não como mero traço de personalidade (MacLeod et al., 2016), todos os resultados do presente estudo parecem apontar para o impacto fundamental de certos acontecimentos de vida, como o casamento ou a conclusão de um nível de escolaridade, na resiliência, e é nesse sentido que se abrem portas para estudos posteriores que os explorem. O impacto de outros eventos como perdas significativas poderão ser também linhas de investigação a perscrutar.

Em termos de algumas limitações a apontar ao presente estudo, pode-se indicar, desde logo, a heterogeneidade da amostra, em termos de sexo e em termos de idade, sendo a mesma constituída maioritariamente por indivíduos de meia-idade e, também ao nível da escolaridade, na sua maioria de nível médio ou superior, o que poderá conduzir a algum enviesamento dos dados recolhidos e que torna menos prudente a realização de generalizações quanto às conclusões a extrair do estudo. O facto de o protocolo de recolha de dados ser algo extenso e de moroso preenchimento poderá ter comprometido de alguma forma os dados obtidos, na medida em que alguns participantes podem não ter investido adequadamente no seu preenchimento correto, levando a falhas nas respostas dadas em alguns dos formulários de resposta dos instrumentos aplicados.

Considerando-se a riqueza dos dados recolhidos, seria interessante em futuros estudos explorar de forma mais detalhada e afinada variáveis como o relacionamento afetivo, prevendo-se poder ser proveitoso inserir novas variáveis encontradas na literatura em articulação com o estudo dos fatores de personalidade e a resiliência, sendo exemplo de tal sugestão, a investigação com o bem-estar subjetivo e a sintomatologia depressiva, estratégias de *coping*, níveis de *stress* ou *mindfulness*.

Sugere-se também a realização de estudos de formato longitudinal, de modo a aferir eventuais alterações na medição das variáveis estudadas.

Quanto às amostras a analisar em futuros trabalhos, seria interessante obter comparação entre amostras clínicas e não clínicas, aumentar a dimensão da amostra e a sua homogeneidade, eventualmente, comparar diversas coortes de modo a extrair possíveis conclusões quanto a diferenças em termos de idade para as diversas variáveis.

Assim, e da mesma forma, o presente estudo surge como uma mais-valia para as futuras investigações que querem explorar a relação existente entre a resiliência, os dados sociodemográficos e os cinco traços básicos de personalidade, tendo em conta que os dois conceitos são multidimensionais, complexos e interessantes.

Como sugestão de futuro é importante apostar na educação para resiliência, desde tenra idade, através de programas que promovem tal habilidade e também programas que incitam a autorreflexão e trabalhem conceitos como a inteligência emocional.

BIBLIOGRAFIA

- Andrade, C. A. B. (2015). Escolaridade, autoconceito e resiliência em situação de reclusão. Dissertação de Mestrado em Psicologia da Educação. Madeira: Universidade da Madeira.
- Allport, G. W. (1961). *Pattern and growth in personality*. New York: Holt, Rinehart & Winston.
- Allemand, M., Zimprich, D., & Hendriks, A. (2008). Age differences in five Personality domains across the life span. *Developmental Psychology*, 44(3), 758-770.
- Anaut, M. (2005). *A resiliência: Ultrapassar os traumatismos*. Lisboa: Climepsi.
- Araújo, L. F., Teva, I., & Bermúdez, M. P. (2015). Resiliencia en adultos: una revision teórica. *Terapia Psicológica*, 33(3), 257-276.
- Campbell-Sills, L., Cohan, S. L., & Stein, M. B. (2006). Relationship of resilience to personality, coping and psychiatric symptoms in young adults. *Behaviour Research and Therapy*, 44, 585-599.
- Cloninger, S. (2013). *Theories of Personality: Understanding Persons*. Sixth edition. Pearson.
- Connor, K., & Davidson, J. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson resilience scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18, 76-82.
- Costa, P. T., & McCrae, R. R. (1980). Influence of extraversion and neuroticism on subjective well-being: Happy and unhappy people. *Journal of Personality and Social Psychology*, 38(4), 668-678.
- Costa, P. T., & McCrae, R. R. (1989). Personality continuity and the changes of adult life. In Storandt, M. & VandenBos, G. (Eds.), *The adult years: Continuity and change* (pp. 41-77). Washington, DC: American Psychological Association.
- Costa, P., Yang, J., & McCrae, R. R. (1998). Aging and personality traits: Generalizations and clinical implications. In I. Nordhus, G. R. VandenBos, S. Berg, P. Fromholt (Eds.), *Clinical Geropsychology* (pp. 33-48). Washington, DC: American Psychological Association.
- Fayombo, G. (2010). The relationship between traits and psychological resilience among the Caribbean adolescents. *International Journal of Psychological Studies*, 2(2), 105-112.
- Faria-Anjos, J., Ribeiro, M. T., & Ribeiro, M. (2010). Factor analysis and psychometric evaluation of the Connor – Davidson Resilience Scale (CD-RISC) in a Portuguese population. (não publicado).
- Feldman, R. S. (2007). *Introdução à Psicologia*. (6ª ed.). S. Paulo: McGraw-Hill.
- Garmezy, N., & Masten, A. (1991). The protective role of competence indicators in children at risk. In E. Cummings e al. (Eds.), *Perspective on Stress and Coping* (pp. 151-174). NY: Erlbaum.

- Gleitman, H., Fridlund A. J., & Reisberg, D., (2011). Personalidade I: Avaliação, Teoria dos Traços e Perspectiva Cognitivo-Comportamental. In *Psicologia* (9ª ed), (pp. 911-968). Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian.
- Gleitman, H., Fridlund A. J., & Reisberg, D., (2011). Personalidade II: Abordagens Psicodinâmica, Humanista e Sociocultural. In *Psicologia* (9ª ed), (pp. 969-1027). Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian.
- Gooding, P. A., Hurst, A., Jonhson, J., & Tarrier, N. (2012). Psychological resilience in young and older adults. *International Journal of Geriatric Psychiatry*, 27, 262-270.
- Gomez, M., Vincent, A., & Toussaint, L. L. (2013). Correlates of Resilience in Adolescents and Adults. *International Journal of Clinical Psychiatry and Mental Health*, 1, 18-24.
- Gutierrez, J. L. G., Jimenez, B. M., Hernández, E. G., & Puente, C. P. (2005). Personality and Subjective Well-Being: Big Five Correlates and Demographic Variables. *Personality and Individual Differences*, 38, 1561-1569. doi:10.1016/j.paid.2004.09.015.
- Hansenne, M. (2004). *Psicologia da Personalidade*. Lisboa: Climepsi.
- Hu, T., Zhang, D., & Wang, J. (2015). A meta-analysis of the trait resilience and mental health. *Personality and Individual Differences*, 76, 18-27.
- Hutz, C. S.; Nunes, C. H.; Silveira, A. D.; Serra, J.; Anton, M., & Wieczorek, L. S. (1998). O desenvolvimento de marcadores para a avaliação da personalidade no modelo dos cinco grandes fatores. *Psicologia: Reflexão e Critica*, 11(2), 395-411.
- Laranjeira, C. A. S. J. (2007). Do Vulnerável Ser ao Resiliente Envelhecer: Revisão de Literatura. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 23(3), 327-331.
- Lehmann R., Denissen J.J., Allemand M., & Penke, L. (2013). Age and gender differences in motivational manifestations of the Big Five from age 16 to 60. *Developmental Psychology*, 49(2), 365-383 doi: 10.1037/a0028277.
- Lima, M. P., & Simões, A. (2000). *NEO-PI-R Manual Profissional (1ª ed.)*. Lisboa: CEGOC.
- Lima, M.P., Magalhães, E., Salgueira, A., Gonzalez, A. J., Costa, J. J., Costa, M. J., & Costa, P. (2014) A versão portuguesa do NEO-FFI: Caracterização em função da idade, género e escolaridade. *Revista Psicologia*, 28(2), 1-10.
- Liu, D.W., Fairweather-Schmidt, A.K., Roberts, R.M., Burns. R., & Anstey, K. J. (2014). Does resilience predict suicidality? A lifespan analysis. *Archives Suicide Resilience*, 18(4) 453-464. doi: 10.1080/13811118.2013.833881.
- Liu, Y., Wang, Z., & Lu, W. (2013). Resilience and affect balance as mediators between trait emotional intelligence and life satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 54, 850-855.

- Lu, W., Wang, Z., Liu, Y., & Zhang (2014). Resilience as a mediator between extraversion, neuroticism and happiness, PA and NA. *Personality and Individual Differences*, *63*, 128-133.
- Luthar, S. S., Cicchetti, D., & Becker, B. (2000). The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child development*, *71*(3), 543-562.
- MacLeod, S.; Musich, S.; Hawkins, K.; Alsgaard, K., & Wicker, E. L. (2016). The impact of resilience among older adults. *Geriatric Nursing*, *XX*, 1-7.
- Mak, W. W., Ng, I. S. W., & Wong, C. (2011) Resilience: Enhancing well-being through the positive cognitive triad. *Journal of Counseling Psychology*, *58*(4), 610-617. doi: 10.1037/a0025195.
- Marôco, J. (2011). *Análise estatística com o SPSS statistics* (5ª ed.). Portugal: Resport Number.
- McCrae, R. R., & Costa, P. T. (1987). Validation of the Five-Factor Model of Personality Across Instruments and Observers. *Journal of Personality and Social Psychology*. *52*(1). 81-90.
- Nunes, C. H. S., Hutz, C. S., & Giacconi, C. H. (2009). Associação entre bem-estar subjetivo e personalidade no modelo dos cinco grandes fatores. *Avaliação Psicológica*, *8*(1), 99-108.
- Sarubin, N., Wolf, M., Giegling I., Hilbert S., Naumann F., Gutt D., Jobst, A., Sabab, L., Falkai, P., Rujescu, D., Buhner, M., & Padberg, F. (2015). Neuroticism and extraversion as mediators between positive/negative life events and resilience. *Personality and Individual Differences*, *82*, 193-198.
- Schultz, D. P., & Schultz, S. E. (2002). *Teorias da Personalidade*. S. Paulo: Thomson Learning.
- Scollon, C. N., & Diener, E. (2006). Love, work, and changes in extraversion and neuroticism over time. *Journal of Personality and Social Psychology*, *91*, 1152-1165.
- Snyder, C. R. & Shane, J. L. (2009). *Psicologia Positiva: Uma abordagem científica e prática das qualidades humanas*. Porto Alegre: Artmed.
- Soltys, M., & Wozniwicz, A. (2016). Resiliency and subjective health assessment. Moderating role of selected psychosocial variables. *Health Psychology Report*, *4*(2). doi: 10.5114/hpr.2016.55927
- Rebollo, R. A. (2006). O legado hipocrático e sua fortuna no período greco-romano: de Cós a Galeno. *Scientiae Studia*, *4*(1), 45–81. doi: 10.1590/S1678-31662006000100003.
- Terracciano, A., McCrae, R. R., Brant, L. J., & Costa, P. R. (2005). Hierarchical linear modelling analyses of the NEO-PI-R Scales in the Baltimore Longitudinal Study of Aging. *Psychology and Aging*, *20*(3), 493-506.

- Tomás, L., Carretero, P. G., Soriano, J., Monsalve, V., López, M. D., & Andrés, J. D. (2012). Personalidad y resiliência: Análisis de correlaciones en pacientes com dolor crónico. *Psiquiatria*, 1-7.
- Truffino, J. (2010). Resiliencia: Una aproximación al concepto. *Revista de Psiquitría y Salud Mental*, 3(4), 145-151.
- Wade, J. B., Hart, R. P., Wade, J. H., Bajaj, J. S., & Price, D. D. (2013). The relationship between marital status and psychological resilience in chronic pain. *Pain Research and Treatment*. doi: 10.1155/2013/928473.
- Watson, D., Clark, L. A., McIntyre, C. W., & Hamaker, S. (1992). Affect, personality, and social activity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63, 1011-1025. doi: 10.1037/0022-3514.63.6.1011.
- Weiss, A., Costa, P. T., Karuza, J., Duberstein, P. R., Friedman, B., & McCrae, R. R. (2005). Cross-sectional age differences in personality among medicare patients aged 65 to 100. *Psychology and Aging*, 20, 182-185. doi: 10.1037/0882-7974.20.1.182
- Wolin, S. J., & Wolin, S. (2010). The challenge of the troubled family. In Wolin, S. J. & Wolin, S. (Eds.), *The resilient self: How survivors of troubled families rise above adversity* (pp. 3-21). NY: Villard.

ANEXOS

Anexo I

Consentimento Informado



Consentimento Informado

O meu nome é Veronica Tiperciuc e estou a realizar uma investigação em Psicologia Clínica, na Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa, sob orientação da Professora Doutora Joana Henriques Calado.

As temáticas abordadas relacionam-se com a Personalidade e Psicopatologia.

Solicita-se, deste modo, a sua participação através da resposta a (9) nove questionários, onde não existem respostas corretas ou incorretas. O importante é que elas reflitam a sua experiência.

A resposta aos questionários deverá demorar cerca de uma hora e meia e pode sempre desistir, caso seja a sua vontade.

Os dados recolhidos serão tratados globalmente e apresentados com total confidencialidade. Se assim o desejar, após o término da investigação, poderá ser-lhe fornecida uma breve informação sobre os resultados da mesma, através do número de telefone: 964 268 047 ou e-mail: veronicatiperciuc@campus.ul.pt.

Ao assinar este consentimento, declara ter 18 ou mais anos de idade, que tomou conhecimento das indicações dadas anteriormente e que aceita colaborar livre e voluntariamente nesta investigação.

Muito Obrigada pela sua colaboração.

_____ de _____ de 2016

.....

(assinatura)

Anexo II

Questionário Sociodemográfico