

## ADAPTAÇÃO PORTUGUESA DA ESCALA BREVE DE COPING RESILIENTE

J.L. Pais Ribeiro<sup>1</sup> & Rita Morais<sup>2</sup>

<sup>1</sup>FPCE, Universidade do Porto

<sup>2</sup>Instituto Superior de Psicologia Aplicada

---

**RESUMO:** O presente estudo visa validar para português uma versão do Brief Resilient Coping Scale, a Escala Breve de Coping Resiliente. Esta é uma escala de resiliência avaliada como coping. Participaram 501 jovens, de idades compreendidas entre os 15 e os 25 anos (268 do sexo feminino e 233 do sexo masculino). A variável resiliência foi avaliada com os quatro itens da escala breve referida acima. Os dados psicométricos mostram valores de consistência interna baixa (0,53) enquanto a versão original mostrava um valor mais elevado embora ainda baixo (0,68). Discute-se este resultado assumindo que as escalas de coping não deviam valorizar estes valores psicométricos clássicos, por duas razões principais: porque o coping é uma variável dependente do momento e da situação, e; porque a escala inclui somente quatro itens.

*Palavras-chave:* Coping, Resiliência, Validação.

---

### PORTUGUESE ADAPTATION OF THE BRIEF RESILIENT COPING SCALE

**ABSTRACT:** The present study intends to validate the Portuguese version of the Brief Resilient Coping Scale, named in Portuguese Escala Breve de Coping Resilient. It is a four item measure designed to evaluate an individual's tendency to cope in an adaptive way. Participants are 501 young's, aged between 15 and 25 years (268 females and 233 males). Psychometric data exhibits low internal consistency (0.53) in comparison with the original version that exhibits higher but low values (0.68). We discuss the results of our study assuming that coping scales usually do not value classic psychometric indices for two main reasons: because coping is a variable that depends on the moment and the situation, and; because the scale includes only four items.

*Keywords:* Coping, Resiliency, Validation.

---

Recebido em 3 de Fevereiro de 2008/ Aceite em 6 de Abril de 2009

A resiliência refere-se a “um processo dinâmico que abrange a adaptação positiva num contexto de adversidade significativa” (Luthar, Cicchetti, & Becker, 2000, p.543). Implícitos a esta noção há duas condições críticas continuam estes autores: a exposição a uma ameaça ou adversidade grave, e; conseguir uma adaptação positiva apesar de ataques major ao processo de desenvolvimento. Richardson (2002), explica que o conceito de resiliência se desenvolveu a partir de uma abordagem reducionista orientada para problemas, para uma abordagem de desenvolvimento de recursos pessoais úteis para enfrentar a adversidade. Considera este autor que se podem identifi-

car três vagas no estudo desta variável. A primeira propunha-se identificar as características das pessoas que se desenvolvem mesmo perante factores de risco ou adversidade, por comparação com as pessoas que sucumbem perante as mesmas condições; a segunda visa identificar o processo pelo qual se obtêm as qualidades resilientes; a terceira aborda o conceito como força motivacional, como energia, que leva à reintegração ou reorganização do indivíduo após eventos que surgem no decorrer da vida.

O conceito de “resiliência” tem sido utilizado com dois grandes sentidos, como traço e como processo dinâmico. Deve-se utilizar o termo “Resiliente”(resiliency) para designar o traço e “Resiliência” (resilience) para designar o processo (Luthar, et al, 2000). Tal diferenciação tem implicações na avaliação desta variável. Na perspectiva da segunda vaga proposta por Richardson (2002), a resiliência tem sido definida como um processo de coping com a adversidade, com a mudança, ou como a oportunidade para fortalecer qualidades resilientes ou factores de protecção. A resiliência é um processo complexo que se refere à capacidade para se ajustar positivamente a stressores importantes, ou a capacidade para recuperar de situações adversas, explicam Sinclair e Wallston (2004) no âmbito do estudo desta escala. Três dimensões são necessárias para que exista resiliência: «capacidade para enfrentar», «capacidade de continuar a desenvolver-se» e ainda «aumentar as competências».

Compreender a resiliência implica adoptar uma perspectiva multisectorial uma vez que se trata de um conceito do domínio da psicologia, da psicopatologia, da psicanálise, da sociologia, da psiquiatria, da pediatria, entre outros. Diferentes disciplinas contribuíram para o desenvolvimento do conceito.

O desenvolvimento do conceito tem mostrado a necessidade de identificar o coping resiliente que seja susceptível de conduzir a resultados positivos (Sinclair & Wallston, 2004). Estes autores, enquanto definição geral, consideram o coping como esforços cognitivos e comportamentais para enfrentar exigência internas e externas avaliadas como excessivas para os recursos pessoais, tal como Lazarus e Folkman definiram em 1984, a que acrescentam uma característica diferenciadora de coping resiliente, como a capacidade para promover uma adaptação positiva perante existência de stress elevado.

Com o modelo de Lazarus nos anos setenta o coping passou a ser considerado como resultado de um processo que depende de uma situação concreta, mais a avaliação que o sujeito faz dela em vez de como traço geral. O coping com uma situação stressante caracteriza-se pela mudança explicam Folkman e Lazarus (1985): Interessar-se pela mudança é interessar-se pelo processo em oposição ao interesse pela estrutura, continuam estes autores. A estrutura refere-se a factores estáveis, tais como os factores de personalidade ou a características estáveis do meio (traços). Abordagens estruturais não fornecem informação sobre se, e como, o indivíduo enfrenta a situação. Ser orientada para o processo tem dois significados: primeiro as pessoas e o meio estão em relação dinâmica, ou seja, mudando constantemente e, segundo, esta relação é bidireccional com as pessoas e meio actuando uma sobre a outra (Folkman, 1984).

O conceito de *coping* é fundamental para se compreender a capacidade de resiliência do indivíduo. Apesar de o *coping* servir para descrever uma determinada abordagem do processo de resiliência, estes dois conceitos não são sinónimos já que a resiliência implica modalidades de resistência ao stress e a capacidade de enfrentar (*coping*), mas também se refere à capacidade de prosseguir o desenvolvimento e aumentar as suas capacidades numa situação adversa. O *coping* ocorre num momento determinado enquanto a resiliência percorre no tempo. A principal característica que distingue *coping* resiliência e o coping propriamente dito é a capacidade para promover uma adaptação positiva apesar do elevado índice de stress (Sinclair & Wallston, 2004).

A perspectiva de variável dinâmica que depende do indivíduo, do momento, da situação, tem consequências no estudo psicométrico da avaliação no sentido em que: há ênfase nos determinantes situacionais do comportamento; há ênfase em variáveis de baixo nível de inferência; há ênfase no comportamento individual em vez de no comportamento dos grupos (Haynes & Wai'Alae, 1994). Em termos psicométricos esta perspectiva salienta a análise funcional que implica a identificação de relações causais de determinado sujeito aplicadas a um conjunto específico da relação comportamentos-objectivo. Neste modelo a validade de conteúdo assume um papel central, enquanto outras propriedades psicométricas inerentes às variáveis latentes perdem importância.

Das mais variadas estratégias do *coping* os sujeitos resilientes tendem a utilizar mais estratégias de confronto directo dos problemas (gerir o problema que se encontra na origem da perturbação do sujeito) e a utilizar menos estratégias de evitamento (através de estratégias passivas que reduzem a tensão emocional) (Pesce, Assiss, Santos, & Oliveira, 2004).

O objectivo deste estudo é explorar as propriedades de medida da versão portuguesa da Escala Breve de Coping Resiliente e compará-las com a versão original.

## MÉTODO

### *Participantes*

Os participantes do estudo constituem uma amostra de conveniência com 501 jovens do ensino secundário, entre os 15 e os 25 anos de idade, ( $M = 17,90$ ) da zona centro de Portugal, 53,5% do sexo feminino.

### *Material*

Os autores, Sinclair e Wallston (2003) desenvolveram a Brief Resilient Coping Scale (BRCS) que designamos em Português como Escala Breve de Coping Resiliente (EBCR), com base em populações com doenças crónicas. Inicialmente a escala

incluía nove itens, dos quais foram seleccionados os quatro que, segundo os autores, operacionalizam o construto de coping resiliente. Deste instrumento emergem temáticas tais como, o optimismo, a perseverança, a criatividade e o crescimento positivo face às adversidades. Os itens descrevem um padrão activo de resolução de problemas que reflecte o padrão de coping resiliente.

É uma escala de auto-resposta, unidimensional, constituída por quatro itens que visam perceber a capacidade para lidar com o stress de uma forma adaptativa. A resposta aos itens é dada numa escala ordinal, em formato de Likert, de cinco posições: 5-Quase sempre, 4-Com muita frequência, 3-Muitas vezes, 2-Ocasionalmente, 1-Quase nunca. A nota de capacidade para lidar com o stress de uma forma adaptativa varia entre 4 e 20. Não existem itens com cotação invertida. Segundo os autores da escala original consideram-se com baixa resiliência os sujeitos com uma pontuação inferior a 13 e os com resiliência forte, cuja pontuação seria superior a 17.

*A versão Portuguesa da escala.* No desenvolvimento da versão Portuguesa seguiram-se os seguintes passos para a validação:

- Tradução para Português dos quatro itens originais;
- Discussão com especialistas, no sentido de escolher uma versão em língua portuguesa que expressasse a informação contida nos itens em Inglês;
- Inspeção da análise de conteúdo de cada item (algumas modificações pontuais foram necessárias);
- *Cognitive Debriefing*, para identificar se a população alvo do inventário interpreta e compreende as perguntas e o modo de responder de acordo com o pretendido pelo investigador: foram utilizados 20 jovens com características semelhantes à população a que se ia aplicar a escala;
- Aplicação à população de estudo.

Com base neste primeiro passo resultaram os seguintes itens:

1. Procuo formas criativas de superar situações difíceis;
2. Independentemente do que me possa acontecer, acredito que posso controlar as minhas reacções;
3. Acredito que posso crescer positivamente lidando com situações difíceis;
4. Procuo activamente formas de substituir as perdas que encontro na vida.

#### *Procedimentos*

O processo teve início com o pedido de autorização aos autores para utilização do instrumento supracitado. Procedeu-se à tradução da escala BRCS e à sua aplicação aos participantes a fim de validar a escala à população portuguesa. Os procedimentos utilizados na validação seguiram passos idênticos aos utilizados na versão original.

## RESULTADOS

O estudo original foi realizado com doentes com artrite reumatóide, que se dividiram em dois grupos, um deles serviu de grupo de intervenção e o outro foi avaliado só uma vez. Este último foi utilizado por nós para comparação com os valores do nosso estudo: os 140 participantes desse estudo tinham uma idade média de 57,8 anos e 73% eram do sexo feminino. O quadro 1 mostra os valores no nosso estudo e os da versão original.

#### Quadro 1

*Médias, desvio padrão, correlação item total da escala e alfa de Cronbach se o item for retirado. Entre parêntesis apresentam-se os valores do estudo original*

	<i>M</i>	<i>DP</i>	Correlação item total corrigido	Alfa se item retirado
1. Procuo formas criativas de superar situações difíceis	3.47(3.73)	0.98(1.10)	0.29(0.49)	0.47(0.61)
2. Independentemente do que me possa acontecer acredito que posso controlar as minhas reacções	3.50(3.50)	1.01(1.02)	0.31(0.40)	0.46(0.66)
3. Acredito que posso crescer positivamente lidando com situações difíceis	3.88(3.88)	0.93(0.84)	0.36(0.50)	0.42(0.61)
4. Procuo activamente formas de substituir as perdas que encontro na vida	3.40(3.45)	1.06(1.08)	0.30(0.49)	0.47(0.60)

A comparação com a população do estudo original mostra valores semelhantes para a média e desvio padrão de cada item. As correlações corrigidas item total da escala, são mais reduzidas no presente estudo. A escala original apresentava uma consistência interna de 0,68 e no presente estudo apresenta um *Alpha de Cronbach* de 0,53. Os valores da versão Portuguesa são substancialmente mais baixos do que os da versão original para todos os parâmetros psicométricos. A média da nossa amostra foi de  $M = 14,26$  ( $DP = 2,57$ ): por comparação o valor apresentado no estudo original para a média dos dois grupos juntos (único valor apresentado), foi de  $M = 14,81$  ( $DP = 2,95$ ), valores muito semelhantes aos do presente estudo.

No quadro 2 são apresentadas as correlações inter-itens do presente estudo.

Os valores da correlação inter-itens são aceitáveis, se se considerar, como Epstein (1983) sugere, que para não haver redundância entre os itens eles devem exibir correlações inter-itens entre 0,20 e 0,30. Procedeu-se à análise em componentes principais (ACP) dos quatro itens, seguindo o procedimento utilizado no estudo original. Tal como na escala original da ACP, regra Kaiser, emerge um componente que, no presente estudo, explica 41,77%, da variância. Os resultados da ACP são apresentados no quadro 3.

## Quadro 2

## A correlação inter-itens da EBCR no estudo Português

	brcs1	brcs2	brcs3	brcs4
1. Procuo formas criativas de superar situações difíceis				
2. Independentemente do que me possa acontecer, acredito que posso controlar as minhas reacções	0.15(**)			
3. Acredito que posso crescer positivamente lidando com situações difíceis	0.27(**)	0.27(**)		
4. Procuo activamente formas de substituir as perdas que encontro na vida	0.20(**)	0.22(**)	0.21(**)	

\*\* Correlação significativa ao nível 0.01 (bi-caudal).

A ACP, evidencia um componente, com todos os itens com carga factorial elevada no componente.

## Quadro 3

## Análise em Componentes Principais da EBCR

	Carga factorial
1. Procuo formas criativas de superar situações difíceis;	0.62
2. Independentemente do que me possa acontecer, acredito que posso controlar as minhas reacções;	0.63
3. Acredito que posso crescer positivamente lidando com situações difíceis;	0.70
4. Procuo activamente formas de substituir as perdas que encontro na vida.	0.63

## DISCUSSÃO

Enquanto a versão original da escala foi aplicada a uma amostra de população idosa com doença crónica, este estudo utilizou população jovem sem doença. Os resultados da EBCR mostram um *Alpha de Cronbach* de 0,53, valor que é baixo segundo os padrões psicométricos tradicionais que consideram valores abaixo de 0,70 como inadequados. Outro indicador que deve ser considerado é a correlação corrigida para sobreposição de cada item com a escala total. Também aqui os valores são mais baixos do que na versão original mas dentro de valores recomendados por Epstein (1983). A EBCR inclui somente quatro itens, e a consistência interna de uma escala aumenta quando aumenta o número de itens, pelo que o valor baixo segundo as regras psicométricas tradicionais que foram concebidas para cerca de 20 de itens, que é o número de itens que deve possuir uma dimensão, segundo Reckase (1990). Nenhum dos itens, se retirados, melhoraria a consistência interna. A análise exploratória em componentes principais mostra valores

elevados de carga factorial de cada item no factor, com cargas semelhantes às apresentadas no estudo original embora neste os autores não apresentem os valores da versão de quatro itens.

A versão original partiu de nove itens dos quais escolheu os quatro que permaneceram na versão breve. Uma limitação do presente estudo foi adaptar os quatro itens da versão original, assumindo que seriam esses que permaneceriam dos nove iniciais, se tivéssemos reproduzido os procedimentos originais. Ora, razões linguísticas, gramaticais, culturais, entre outras, poderiam fazer recair a escolha noutro conjunto de quatro itens, e assim melhorar as propriedades psicométricas.

Outra questão que permanece desta análise tem a ver com a natureza da escala. Carver, Scheier, e Weintraub (1989) discutem esta questão, chamando a atenção para a necessidade da clarificação conceptual sobre se as escalas para avaliar o coping são desenvolvidas empiricamente ou teoricamente, e assim saber se os itens representam categorias teóricas interessantes, ou se foi a análise factorial que identificou dimensões de agregação dos itens. Eles defendem que é melhor começar pela teoria e deixar a teoria guiar o conteúdo da escala. Claro que este modo de construção das escalas pode ter como consequência que a fidelidade não satisfaça os critérios definidos pela psicometria clássica, no seguimento da versão mais dura de Nunnally, para os testes de personalidade. Conceptualmente estamos a tratar esta escala dentro da perspectiva psicométrica tradicional. Ora esta era uma das perspectivas da avaliação psicológica mas não a única, nomeadamente para as técnicas de inspiração behaviorista que enfocam a situação onde o comportamento ocorre (como é o caso do coping) e que designam por análise funcional como já referimos antes.

A psicometria tradicional recomenda que um bom instrumento deve ser fiel. No entanto quando estamos a medir construtos que são dinâmicos (como o presente) melhorar a fidelidade pode significar a perda de informação importante, dizem Schwartz e Daltroy (1999). Portanto valorizar a estabilidade deve ser encorajado quando medimos qualidades que provavelmente não mudam, como sejam os traços de personalidade, mas desencorajado quando pretendemos descrever processos dinâmicos como o coping, explicam estes autores. Haynes e Wai'Alae (1994) relativizam a importância da consistência interna em medidas do tipo da EBCR. Noutra perspectiva Bollen e Lenox (1991) explicam que "valid measures of a unidimensional construct must be internally consistent is true for effect indicators but not for causal indicators"(p.311), e é sempre questionável, se para medidas que não são traços, que dependem do contexto e do momento, que têm origem em modelos que valorizam a relação estímulo-resposta, ou cujos itens são indicadores de sintomas, devem ser exigidos valores de alfa elevados. Mas os autores da versão original da EBCR fizeram isso no seu estudo.

A propósito da consistência interna um special adress de Julian Rotter publicado num jornal de psicologia clássico, a propósito de uma variável da família do coping, o locus de control, explica que

“because we were dealing with a broad construct intended to study behavior in a variety of situations, we wanted to sample many different situations (...) we did not try for a high alpha (that is, the accepted measure of internal consistency) because we assumed that the correlations among different behavioral referents for the concept were positive but low. One can get very high alphas by asking the same question over and over again, but the predictive limitations of such a test are obvious. Not all, indeed, not any, so-called stable characteristics are totally cross-situational and a test with an alpha in the high .90s is suspect in that it may well be measuring response style more than providing a representative sample of the behaviors and situations one wishes to predict or it may merely consist of redundant items.”(1990, p.491)

Epstein (1983) discutia este assunto defendendo que para que os itens de uma escala não sejam redundantes devem exibir correlações inter itens entre 0,20 e 0,30 e que se este valor for superior então há redundância. Afirma que “an ideal item in a test that measures a broad trait is one that has a relatively high correlation with the sum of all items in the test (minus itself) and a relatively low average correlation with the other items” (p. 366).

Em resumo, a versão Portuguesa do questionário que aqui é estudada mostra propriedades psicométricas fracas. Em parte esta é uma questão que se discute há muito no seio da psicologia (Epstein, 1983), por outro lado a assunção de que os instrumentos devem possuir essas propriedades é facilmente aceite no seio da psicologia e de outras disciplinas que utilizam este tipo de instrumentação. Ora não é verdade que um instrumento de avaliação psicológica, para ser útil, deve ter valores psicométricos elevados, sem ter que recorrer ao sarcasmo de Rotter.

O coping, como referimos na introdução, é uma variável em constante mudança em vez de estável; portanto, aspectos como valores de consistência interna elevada devem ser relativizados. No entanto os autores da versão original que replicamos não discutem os aspectos teóricos subjacentes à avaliação psicológica, pelo que fica em aberto a limitação da versão portuguesa.

Dada a lacuna de técnicas para medir níveis de adaptação psicossocial positiva frente a eventos de vida importantes, como seja a resiliência, parece-nos útil apresentar este estudo e, nomeadamente o questionamento ao modo como os instrumentos são indiscriminadamente estudados e apresentados sem ligação a uma origem teórica.

## REFERÊNCIAS

- Anaut, M. (2005). *A Resiliência: Ultrapassar os traumatismos*. Lisboa: Climepsi.  
 Bollen, K., & Lennox, R. (1991). Conventional wisdom on measurement: A structural equation perspective. *Psychological Bulletin*, 110(2), 305-314.

- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(2), 267-283.  
 Epstein, S. (1983). Aggregation and beyond: some basic issues on the prediction of behaviour. *Journal of Personality*, 51(3), 360-392.  
 Folkman, S. (1984). Personal control and stress and coping processes: A theoretical analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46(4), 839-852.  
 Folkman, S., & Lazarus, R. (1985). If it changes it must be a process: Study of emotion and coping during three stages of a college examination. *Journal of Personality and Social Psychology*, 48(1), 150-170.  
 Haynes, S.N., & Wai'Alae, K. (1994). Fundamentos psicométricos de la evaluación conductal. In: R. Fernández-Ballesteros (ed.). *Evaluación conductal hoy: Un enfoque para el cambio en psicología clínica y de la salud* (pp.161-196). Madrid: Ediciones Pirámide, S.A.  
 Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer.  
 Luthar, S., Cicchetti, D., & Becker, B. (2000). The construct of resilience-a critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development*, 71(3), 543-562.  
 Pesce, R. P., Assiss, S. G., Santos, N., & Oliveira, R. V. C. (2004). Risco e Protecção: em busca de um equilíbrio promotor de resiliência. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 20(2), 135-143.  
 Reckase, M. (1990). Scaling techniques. In (Eds.), G. Golstein & M. Eersen (Eds.), *Handbook of psychological assessment* (pp. 41-56). New York: Pergamon Press.  
 Richardson, G.E., (2002). The metatheory of resilience and resiliency. *Journal of Clinical Psychology*, 58(3), 307-321.  
 Rotter, J. B. (1990). Internal versus external control of reinforcement: A case history of a variable. *American Psychologist*, 45(4), 489-493.  
 Schwartz, C. E., & Daltroy, L. H.(1999). Learning from unreliability: the importance of inconsistency in coping dynamics. *Social Science & Medicine*, 48, 619-631.  
 Sinclair, V. G., & Wallston, K. A. (2004). The development and psychometric evaluation of brief resilient coping scale. *Assessment*, 10, 1-9.