



ANSIEDADE NA ADOLESCÊNCIA: AS ESTRATÉGIAS DE COPING UTILIZADAS POR ADOLESCENTES UNIVERSITÁRIOS

ANXIETY ON ADOLESCENCE: THE COPING STRATEGIES USED BY TEENAGE COLLEGE STUDENTS

¹Luiza Stanislawski Bolfoni, ²Fanny Helena Salles

RESUMO: O presente estudo pretendeu, através de uma análise transversal, verificar quais as estratégias de *coping* mais utilizadas pelos adolescentes universitários dos cursos do Centro de Ciências de Saúde da URCAMP, Campus Bagé. Caracteriza-se o *coping* como sendo um conjunto de estratégias para enfrentar situações-problema e reduzir a ansiedade e estresse geradas por essas. Para isso, aplicou-se o *Coping Across Situation Questionnaire* (CASQ) em 75 alunos de até 20 anos de idade, envolvendo somente os adolescentes, pois trata-se de uma fase complexa e estressora. Para o cálculo da média e do desvio padrão dos dados foi utilizado o pacote estatístico *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS). Constatou-se então, que de maneira geral, as estratégias de aproximação são as mais adotadas pelos adolescentes em questão. Obtendo variações somente com relação aos sexos e um curso específico, os quais apontaram maior uso de estratégias de evitação. Concluiu-se que os jovens universitários apresentam comportamentos adequados e adaptativos aos acontecimentos ansiogênicos.

Palavras-chave: *Coping*; Adolescência; Universitários.

ABSTRACT: *This work aims, through a transversal analysis, to verify what are the most common coping strategies used by the college students of the Health Sciences Center of URCAMP, Bagé campus. Coping is defined by being a set of strategies used to face problematic situations and help reduce stress and anxiety caused by them. In order to achieve it, the Coping Across Situation Questionnaire (CASQ) was applied on 75 teenager students up to 20 years old, which live in a complex and stressful stage of life. In the interest of the calculus of the means and standard deviations of the data, the Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) was used. It is found that, in general, the approaching strategies are the most common*

¹ Discente, Curso de Psicologia – URCAMP

² Prof^ª Dr^ª do Curso de Psicologia da Universidade da Região da Campanha (URCAMP)

ones among the teenagers at hand. Variations were only found in relation to sex differences and a specific undergraduation course, which pointed the more common usage of avoidance strategies. It is concluded that young college students present suitable and adaptive behaviors to the anxiogenic events.

Keywords: Coping; Adolescence; Academics.

INTRODUÇÃO

A ansiedade é uma característica comum na vida de todos indivíduos, sendo uma condição emocional natural, a qual pode agravar-se ou não diante as situações que são enfrentadas no percurso de nossas vidas. A adolescência é uma fase que conta com uma série de mudanças, tanto físicas, como emocionais, psíquicas e ambientais, tornando-se, portanto, uma etapa crítica da vida. Para Erikson (1971) apud Outeiral (2008), “[...] a adolescência constitui uma “crise normativa”, ou seja, um momento evolutivo que se caracteriza por um processo de estruturação da identidade da pessoa.” Esta “crise” acentua-se quando esses adolescentes passam pela transição da escola para universidade, exigindo uma nova adaptação e o aprendizado de como assumir responsabilidades maiores.

O estudante então, precisa manejar todas estas mudanças e deveres importantes, o que pode gerar grande ansiedade. Sendo assim, buscam diferentes estratégias para lidar com ela que neste estudo chamaremos de estratégias de *coping* (FOLKMAN & LAZARUS, 1980). Portanto, esta pesquisa tem como objetivo geral investigar quais são os comportamentos mais utilizadas pelos estudantes dos cursos do Centro de Ciências da Saúde da URCAMP, de até 20 anos, para enfrentar situações causadoras de ansiedade. Pretende-se então, descrever os aspectos da adolescência; reconhecer quais estratégias de *coping* são utilizadas pelos universitários; e associar as estratégias de *coping* relacionando idade, sexo e curso dos estudantes.

A pesquisa trata-se de um estudo transversal com amostra por conveniência, a qual foi aplicada em estudantes universitários dos cursos de Enfermagem, Farmácia, Fisioterapia, Medicina Veterinária, Nutrição e Psicologia do campus Bagé. O

instrumento utilizado na coleta de dados foi o *Coping Across Situation Questionnaire* (CASQ), dos autores: Kav ek e Seiffge Krenke (1996). O mesmo foi traduzido para a língua portuguesa e adaptado a realidade dos jovens brasileiros, através de uma tese de doutorado, na Universidade Federal do Rio Grande do Sul, pela autora Adriane Scomazzon Antoniazzi (1999). O CASQ adaptado refere-se a um instrumento com 16 itens, os quais dividem-se em duas categorias classificatórias: aproximação (itens 1, 2, 5, 8, 13 e 14) e evitação (itens 3, 4, 6, 7, 9, 10, 11, 12, 15 e 16). Para o cálculo da média e do desvio padrão dos dados foi utilizado o pacote estatístico *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) versão 21, um software de análise estatística desenvolvido pela IBM.

A ADOLESCÊNCIA E SEU DESENVOLVIMENTO

Adolescência, palavra derivada de *adolescere*, na qual em latim, *ad* significa para, e *olescer* significa crescer, definindo então, a adolescência como o processo de desenvolvimento e crescimento físico. Porém, a palavra *adolescere* tem origem da palavra *adoecer*, a qual pode caracterizar o sofrimento emocional derivado dessas transformações físicas, portanto, a adolescência também está ligada ao crescimento psíquico do indivíduo. (OUTEIRAL, 2008)

A adolescência é a fase da vida caracterizada pela transição de saída da infância até o início da vida adulta, tendo seu começo geralmente dos 11 aos 14 anos de idade, estendendo-se até os 20 anos. Este período envolve diversas mudanças nos âmbitos físico, cognitivo e psicossocial. As alterações físicas podem ser identificadas como a puberdade, época na qual o indivíduo pode dar início a sua vida sexual, devido as modificações hormonais que ocorrem no corpo, como o crescimento de pelos pubianos, axilares e faciais e a maturação dos órgãos sexuais. (PAPALIA et al., 2009)

Outeiral (2008) inclui a puberdade como principal característica da fase inicial da adolescência. “A adolescência inicial (de 10 a 14 anos) é caracterizada, basicamente, pelas transformações corporais e alterações psíquicas derivadas

destes acontecimentos.” Em seguida, classifica a fase média, de 14 a 17 anos, como aquela que tem o foco maior no desenvolvimento da sexualidade, e a fase final, de 17 a 20 anos, aquela ligada as questões profissionais, ingresso no mundo adulto, modificações no vínculo parental, e aprovação das modificações corporais. Mas também ressalta, que esta divisão de idades não é rígida, pois encontram-se adolescentes mais jovens, assim como mais velhos, uma vez que o desenvolvimento e amadurecimento são aspectos individuais. Ferreira e Farias (2010) apud Martins et al. (2003), colocam que a adolescência varia de acordo com as questões históricas e culturais, as quais influenciam na maneira de ser adolescente, pois intervem na diversidade de grupos, gêneros e geração social. Ou seja “[...] o ambiente também participa na construção da personalidade do indivíduo”. (FERREIRA & FARIAS, 2010 apud ERIKSON, 1972).

De acordo com o desenvolvimento psicossocial, Senna & Dessen (2012) apud Erikson (1968, 1976) o desenvolvimento dos indivíduos é composto por várias fases comuns a todos, as quais são influenciadas pelo ambiente e pelas vivências sociais. Sendo assim, durante cada etapa de desenvolvimento contem uma crise normal, comum a todos indivíduos, a qual deve ser vivenciada e superada. No caso da adolescência, esta crise refere-se a identidade, a qual é caracterizada por diversas transformações e modificações ao longo deste período de construção. São as experiências e os conhecimentos gerados pelas interações com os outros adolescentes que provocarão tais mudanças.

“[...] Como consequência, adolescentes que recebem encorajamento e reforço apropriados para sua exploração pessoal tendem a emergir desse estágio com um sentido mais forte de si mesmo e um sentimento de independência e controle” (SENNA & DESSEN, 2012 apud ERIKSON 1968, 1976).

As mudanças do aspecto psicossocial envolvem a busca da identidade, a qual, segundo Erikson (1950), trata-se de “uma concepção coerente do *self*, comporta de metas, valores e crenças com as quais a pessoa está solidamente comprometida”. Assegura, que nesta fase, os adolescentes passam a questionar sua identidade, o

que os levam a crise ou confusão de identidade, as quais normalmente nunca são resolvidas, e ao longo da vida voltarão a manifestar-se. Erikson (1950) afirma ainda, que “a identidade se forma à medida que os jovens solucionam três questões importantes: a escolha de uma profissão, a adoção de valores segundo os quais viverá e o desenvolvimento de uma identidade sexual satisfatória.”

Outros autores, colocam que o desenvolvimento da adolescência é moldado por questões socioculturais, que são elaboradas através do contato que o adolescente mantém com seu ambiente social imediato, ou seja, seus pais ou responsáveis, e também, com seu ambiente social amplo (SENNA & DESSEN, 2012 apud MEAD, 1928, 1979). Estudos mais recentes, mostram que o desenvolvimento humano acontece a todo momento, em diversos contextos. Segundo, Senna & Dessen (2012) apud Sifuentes, Dessen & Lopes de Oliveira (2007),

“[...] cada indivíduo tem seu desenvolvimento delineado por inúmeros fatores reciprocamente interativos, que variam de acordo com o tempo, o contexto e o processo, e que, a cada etapa desse processo, novas possibilidades são geradas para a próxima”

Desta forma, Senna & Dessen (2012) apud Bronfenbrenner (1979), formulou um modelo bioecológico, no qual afirma que para compreendermos o ser humano em sua totalidade, é preciso considerar também suas interações e padrões de relacionamentos, nos mais diversos contextos e ao longo do tempo. Sendo assim, Senna & Dessen (2012) apud Bronfenbrenner & Morris, (1998) colocam que: “compreender o desenvolvimento humano com base neste modelo implica identificar quatro elementos básicos, inter-relacionados e dinâmicos: o processo (P), a pessoa (P), o contexto (C) e o tempo (T)”. Ou seja,

“Ao longo do desenvolvimento, a pessoa (P) se envolve em processos (P) de interações recíprocas, com outras pessoas, objetos ou símbolos. Essas interações podem variar de acordo com as características das pessoas, dos contextos e do momento em que elas acontecem, podendo produzir tanto competências como disfunções no desenvolvimento” (SENNA & DESSEN, 2012 apud BRONFENBRENNER & EVANS, 2000).

Seguindo este modelo, o adolescente apresenta características individuais, psicológicas, biológicas, e uma maneira pessoal de lidar com as situações. É considerado ativo em suas próprias interações. Tais interações, acontecem em um determinado contexto (C), o qual vai envolver os papéis, as atividades e as relações interpessoais. Quanto mais o adolescente transitar nestes diferentes contextos e exercer um papel ativo em cada um deles, mais influências ambientais, culturais e sociais ele incluirá em seu desenvolvimento. Da mesma forma, que também deve ser considerada a influência do tempo (T) em todos os contextos e interações, pois este fator está relacionado com as mudanças históricas, culturais, políticas e econômicas de cada época (SENNA & DESSEN, 2012 apud BRONFENBRENNER 1979, 1996).

Sendo assim, percebe-se que de maneira geral, a adolescência é uma combinação do desenvolvimento físico e psicológico e do contexto cultural, histórico e socioeconômico no qual os indivíduos estão inseridos. Portanto, conta com aspectos similares, porém, existem variações naturais devido aos diversos cenários.

A ANSIEDADE E SUAS FORMAS

A ansiedade está presente na vida de todos indivíduos, uma vez que é caracterizada como um estado emocional, o qual age como uma resposta comum a diversos acontecimentos da vivência humana, como mudanças significativas ou novas experiências e situações diferentes. D'el Rey apud Andrade & Gorenstein (1998) afirmam que:

“A ansiedade é um estado emocional que faz parte do espectro normal das experiências humanas e apresenta componentes psicológicos e fisiológicos. Ela passa, porém, a ser patológica quando não existe um objeto específico ao qual se direcione ou quando é desproporcional à situação que a desencadeia.”

Bernik (1999) argumenta a dificuldade de conceituar a ansiedade, já que ela é descrita geralmente por seus sintomas fisiológicos. Montiel et al. (2014) apud Lundin, (1977) citam algum destes sintomas fisiológicos, como aumento da pressão sanguínea e batimentos cardíacos, transpiração excessiva, aumento da atividade

motora com agitação e rigidez muscular, alterações respiratórias e náuseas. Porém, a ansiedade também pode ser definida como um sinal de alerta a perigos eminentes, que pretende prevenir o indivíduo de uma ameaça. Ou ainda, como insegurança, desconforto, estranheza do ambiente ou de si mesmo e apreensão (MONTIEL et al., 2014 apud TESS, 1996). Estes sintomas, portanto, são comuns a todos nós, mas quando esta manifestação da ansiedade é mais intensa e duradoura, não está relacionada a um evento significativo, ou demonstra-se desproporcional ao evento desencadeador, pode indicar um transtorno de ansiedade (MONTIEL et al., 2014 apud MARKS, 1987).

AS ESTRATÉGIAS DE COPING

Segundo Antoniazzi, Dell'Aglio e Bandeira (1998),

“O *coping* é concebido como o conjunto das estratégias utiliza das pelas pessoas para adaptarem-se a circunstâncias adversas. Os esforços despendidos pelos indivíduos para lidar com situações estressantes, crônicas ou agudas [...]”

Ao longo dos anos, diversos pesquisadores têm focado seus estudos a cerca do *coping*, o que gerou variações conceituais do tema. Primeiramente, o *coping* foi relacionado aos mecanismos de defesa, utilizados para conciliar os aspectos sexuais e agressivos do indivíduo. Desta forma, foram considerados uma maneira estável de lidar com os conflitos (ANTONIAZZI, DELL'AGLIO E BANDEIRA, 1998 apud VALLIANT 1994).

Em seguida, as análises relacionadas ao *coping* foram sendo modificadas, gerando novas visões a respeito do conceito central do *coping*, o qual passou a ser diferenciado dos mecanismos de defesa, que passaram a ser classificados como formas inadequadas e rígidas de solucionar os conflitos internos. O *coping* então, foi caracterizado como uma maneira moldável e adequada de reagir à realidade (ANTONIAZZI, DELL'AGLIO E BANDEIRA, 1998 apud FOLKMAN & LAZARUS, 1980).

Antoniazzi, Dell'Aglio e Bandeira (1998), colocam que, mais tarde, a

personalidade foi vista como a principal influenciadora do *coping*, sendo o ambiente e as experiências considerados como incapazes de gerar mudanças nos mecanismos de *coping* de um indivíduo. Porém, a estruturação do *coping* ainda não foi descoberta.

Na tentativa de buscar a estrutura do *coping*, foram desenvolvidos modelos, que o classificam em diversas categorias, como o moledo de Folkman e Lazarus (1980), que

“[...] propõem um modelo que divide o *coping* em duas categorias funcionais: *coping* focalizado no problema e *coping* focalizado na emoção. Esta construção baseou-se em análises fatoriais que geraram dois fatores principais utilizados pelos pesquisadores para definir os dois tipos de estratégias de *coping*. Nesta perspectiva, *coping* é definido como um conjunto de esforços, cognitivos e comportamentais, utilizado pelos indivíduos com o objetivo de lidar com demandas específicas, internas ou externas, que surgem em situações de stress e são avaliadas como sobrecarregando ou excedendo seus recursos pessoais”

Segundo Antoniazzi, Dell'Aglio e Bandeira (1998), o *coping* apresenta estilos e estratégias, os quais apresentam diferenças entre si.

“[...] os estilos de *coping* têm sido mais relacionados a características de personalidade ou a resultados de *coping*, enquanto as estratégias se referem a ações cognitivas ou de comportamento, tomadas no curso de um episódio particular de estresse”

Ou seja, os estilos de *coping* podem receber influência da personalidade do indivíduo, ou então apresentar uma tendência maior ou menor a determinados comportamentos, enquanto as estratégias estão relacionadas a fatores situacionais, variando de acordo com as interações e os ambientes. Aqui serão tratadas as estratégias de *coping*, as quais,

“[...] podem mudar de momento para momento, durante os estágios de uma situação estressante. Dada esta variabilidade nas reações individuais, estes autores defendem a impossibilidade de se tentar prever respostas situacionais a partir do estilo típico de *coping* de uma pessoa” (Antoniazzi, Dell'Aglio e Bandeira,

1998 apud Folkman e Lazarus 1980).

Portanto, “[...] as estratégias de *coping* têm uma função adaptativa, visando a recompor, reestabelecer a sensação de bem-estar subjetivo com a resolução ou não do problema causador do estresse” (KOLLER, 2004).

Estas estratégias dividem-se em dois grupos, aquelas que tem o foco na emoção e aquelas que tem o foco no problema. As estratégias que concentram-se nas emoções, são utilizadas para reparar o estado emocional ligado ao estresse. Exemplos simples desse tipo de estratégia são: fumar, sair para correr, assistir a um filme, tomar calmantes. Já as estratégias que concentram-se no problema, agem para modificar a situação que originou o estresse. Esse tipo de estratégia, varia entre fatores interno e externos, ou seja, para modificar uma situação externa que gera estresse, um exemplo seria conversar a fim de solucionar um conflito interpessoal, e para modificar uma situação interna de estresse, acontece uma reestruturação cognitiva, como por exemplo, a redefinição do elemento estressor (ANTONIAZZI, DELL'AGLIO E BANDEIRA, 1998 apud FOLKMAN & LAZARUS, 1980).

UTILIZAÇÃO DE ESTRATÉGIAS DE *COPING* DURANTE A ADOLESCÊNCIA

Assuntos como, a escolha da profissão, a busca da identidade, a entrada no mundo adulto, a chegada da independência, a sexualidade, são os grandes causadores das crises da adolescência, as quais costumam gerar ansiedade nos adolescentes, segundo autores como Outeiral (2008) e Erikson (1950).

“O adolescente sente-se ameaçado pelas grandes alterações que lhe estão a acontecer: no seu corpo, que não controla, na relação com os pais, em que os conflitos de dependência/autonomia são constantes, nos receios que sente em relação às suas competências sociais, escolares e na relação com os pares” (BRITO, 2011).

Porém, além de considerar os assuntos estressores e formadores de ansiedade,

“[...] ao compreender o processo de *coping* como uma interação do indivíduo

com seu ambiente, deve-se considerar que as estratégias variam de acordo com os contextos nos quais a pessoa interage, bem como de acordo com suas características pessoais” (KRISTENSEN, SCHAEFER & BUSNELLO, 2010, apud LISBOA et al., 2002)

Em cada âmbito que o adolescente está inserido, este está sofrendo influências e aprendizados, sobre os quais irá basear suas estratégias de *coping*.

“As reações ou o tipo de estratégias de *coping* utilizadas dependem de demandas objetivas, de avaliações subjetivas e da interação entre a pessoa e o ambiente. A eficácia e a adaptabilidade das estratégias de *coping* não são determinadas a priori, mas de acordo com a pessoa, o tipo de situação, o tempo e os resultados advindos de sua utilização (DELL'AGLIO, 2003 apud BERESFORD, 1994)

Neufeld et al. (2017) coloca que a interação com pares é um fator extremamente importante para a construção do *self* durante a adolescência, uma vez que é através destas interações que os adolescentes absorverão diferentes conteúdos e incorporarão a sua identidade e escolhas. Segundo a autora, “a necessidade de encontrar um espaço dentro de um grupo social pode influenciar os adolescentes nas escolhas de comportamentos que variam em termos de funcionalidade e adaptação” (NEUFELD et al., 2017). Portanto, a tendência a certas estratégias de *coping* pode igualar-se entre os adolescentes que encontram-se dentro de um mesmo grupo. Além destes fatores, as estratégias também podem variar de acordo com as idades e sexos, de acordo com estudos realizados entre crianças e adolescentes de diferentes sexos e faixa etária, como coloca Antoniazzi (1999) apud Seiffge-Krenke (1990) também relata diferenciações entre a escolha de estratégias entre os sexos, afirma que

“[...] adolescentes do sexo feminino tendem a utilizar mais estratégias de busca de apoio social e ações diretas, enquanto que os adolescentes do sexo masculino tendem a empregar mais frequentemente estratégias de evitação, tais como negação ou distração”.

As diferenças referentes ao sexo, segundo Kristensen, Schaefer e Busnello

(2010) apud Dell'Aglio (2003) podem ser justificadas devido as diferentes formas de interação aparentes entre meninos e meninas,

“[...] destacando que os meninos tendem a utilizar estratégias de *coping* competitivas e as meninas estratégias pró-sociais. Além disso, a utilização de determinadas estratégias de *coping* também está relacionada às expectativas de papel de cada gênero perante a sociedade.”

Já as diferenças relacionadas a idade, são explicadas pelas habilidades já adquiridas ou não pela criança ou adolescente, visto que o desenvolvimento cognitivo traz mudanças aos processos de pensamento e consciência da criança e do adolescente (KRISTENSEN, SCHAEFER & BUSNELLO, 2010 apud COMPAS et al., 1991).

“[...] com a idade, as crianças passam a usar com mais frequência estratégias que requerem um processo cognitivo mais elaborado e se tornam mais independentes, buscando menos o apoio de outras pessoas para lidar com situações estressoras.” (KRISTENSEN, SCHAEFER & BUSNELLO, 2010, apud LOSOYA, EISENBERG & FABES, 1998)

Devido à quantidade de fatores e aspectos desencadeadores de ansiedade nessa fase da vida, é necessário que os adolescentes façam uso de estratégias para lidar com determinadas condições, sendo assim os “[...] adolescentes utilizam uma grande diversidade de respostas de *coping* em diferentes domínios, como o escolar, o familiar e o social, da mesma forma que diferem na avaliação das situações estressoras” (BORGES et al. 2008 apud BOEKAERTS, 1996). Portanto, é utilizando as estratégias de *coping* que os adolescentes “[...] respondem ou lidam com os problemas ou com as transições a que estão sujeitos, que, por sua vez, têm impacto no seu ajustamento psicossocial” (BORGES et al., 2008 apud HUSSONG & CHASSIN, 2004).

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A amostra se constituiu majoritariamente por estudantes do sexo feminino (86,7%) com idades entre 16 a 18 anos (54,7%), seguido pelo sexo masculino (13,3%) e as

idades entre 19 e 20 anos (45,3%). Em relação a distribuição dos cursos, a maior concentração dos participantes se encontravam no curso Psicologia (41,3%), logo após Medicina veterinária (22,7%), seguidos pelos demais cursos.

Na Tabela 1 as médias dos escores obtidos apresentam diferenças apenas de acordo com os sexos e os cursos, pois ambos grupos de idades apresentam maior média com relação as estratégias de aproximação (9,90% e 10,76%). Já com relação aos sexos, o sexo masculino apresenta maior média a respeito das estratégias de evitação (11,30%) e o sexo feminino as estratégias de aproximação (10,29%). As variações entre os cursos do Centro de Ciências da Saúde demonstram que o curso de Farmácia apresentou maior média acerca das estratégias de evitação (14,33%).

Tabela 1. Média dos scores das escalas do CASQ nos alunos do Centro de Ciências da Saúde da Universidade da Região da Campanha.

	Aproximação		Evitação	
	Média	(DP)	Média	(DP)
Sexo				
Masculino	10.30	(3.37)	11.30	(3.74)
Feminino	10.29	(2.82)	8.45	(3.86)
Idade				
16 a 18 anos	9.90	(3.10)	9.66	(3.51)
19 a 20 anos	10.76	(2.54)	7.82	(4.24)
Curso				
Enfermagem	8.82	(3.71)	7.27	(3.52)
Farmácia	10.33	(3.79)	14.33	(4.93)
Fisioterapia	11.44	(2.24)	10.11	(3.44)
Medicina Veterinária	10.41	(2.76)	9.53	(2.50)
Nutrição	10.50	(1.29)	7.00	(2.00)
Psicologia	10.39	(2.84)	8.32	(4.50)

Podemos perceber então, que os adolescentes acadêmicos apresentam uma tendência maior a utilização das estratégias de aproximação, as quais segundo Silva

(2014) se assemelham ao *coping* focado no problema, uma vez que visa a mudança da situação que gera ansiedade ou estresse. Estas também são descritas, de acordo com Antoniazzi (1999) apud Holahan & Moos (1985) como comportamentos mais adaptativos e funcionais. Estas estratégias de aproximação envolvem situações como discutir o problema com adultos, procurar resolvê-lo rapidamente, conversar com a pessoa envolvida, pensar sobre o problema para alcançar soluções, buscar ajuda de pessoas que estão na mesma situação ou com auxílio de amigos. Tais estratégias, além de estarem focadas no problema, demonstram a busca pelo apoio social, planejamento e ações diretas. A escolha destas, de acordo com o que afirmam Kristensen, Schaefer e Bunello (2010), pode estar relacionada a questões do desenvolvimento e maturação, uma vez que, quanto mais desenvolvido cognitivamente mais o indivíduo tende a utilizar estratégias que lidarão diretamente com o problema. Dias (2014) apud Eisenberg et al. (1997) também afirma que o nível de desenvolvimento do adolescente é um elemento que influencia as estratégias de *coping*, estando relacionadas ao seu repertório para lidar com os eventos estressores e ansiogênicos e também com a eficácia dessas escolhas frente as situações em questão. Câmara e Carlotto (2007) apud D'amico (2000) relacionam a ampliação e aprimoramento das formas de enfrentar tais situações durante a adolescência ao fato de que esta fase ainda consiste em um amadurecimento e descoberta da identidade. Segundo Borges et al. (2008) apud Cleto e Costa (2000), os jovens tendem a escolher as estratégias de aproximação em situações nas quais consideram ter maior controle dos acontecimentos. Desta forma, pode ser justificado o maior uso de estratégias de aproximação, pois de acordo com a classificação de Outeiral (2008), nossa amostra encontra-se entre a adolescência média e final, num nível mais adiantado de maturação.

Através da Tabela 2, podemos notar que o sexo feminino por si só, assim como a grande maioria da amostra, apresenta maior média com relação as estratégias de aproximação, assemelhando-se a pesquisas como de Antoniazzi (1999) apud Seiffge-Krenke (1990) e também de Dias (2014) apud Piko (2001), as quais revelam

que o sexo feminino tende a utilizar mais frequentemente as estratégias de apoio social, referentes as estratégias de aproximação. Lewis (2010) apud Erikson & Feldstein (2007) evidência também, que as mulheres tendem a usar o apoio social como forma de suporte emocional. Porém existem pesquisas que apontam o sexo feminino está mais inclinado a estratégias focadas na emoção, que visam aliviar o estresse e a ansiedade, chamadas estratégias de evitação, o que contrapõe os resultados apresentados (DIAS, 2014 apud HECKHAUSEN & SCHULZ, 1995 & FREITAS, 2009).

Já o sexo masculino, apresenta maior média em estratégias de evitação, as quais envolvem situações como pensar que o pior acontecerá, conformar-se com o problema, comportar-se como se estivesse tudo bem, não preocupar-se pois tudo termina bem, fazer o que os outros querem para solucionar o problema, descarregar a raiva, não pensar sobre o problema, beber para esquecer o problema, não pensar sobre pois aceitou que não tem como resolver e usar drogas. As estratégias de evitação, procuram lidar com o estresse e a ansiedade originados pela situação através de formas de negação, ações agressivas, distração e inibição da ação. Estas estratégias, de acordo com Silva (2014), tem relação com o *coping* focado na emoção, o qual tem a função de reduzir a ansiedade e o estresse desenvolvido pela situação, sem solucionar o problema causador.

Autores como Dias (2014) apud Matos, Gaspar e Cruz (2013) e Lewis (2010) apud Erikson & Feldstein (2007) afirmam que, geralmente, o sexo masculino tende a escolher por estratégias inadequadas, como por exemplo a negação, que é categorizada como estratégia de evitação. Porém, diversos teóricos apresentam resultados diferentes, como Diniz e Zanini (2010) apud Eschenbek, Kohlmann e Lohaus (2007) e Dias (2014) apud Folkman e Lazarus (19980), os quais afirma que o sexo masculino tende a utilizar mais estratégias de aproximação, ou seja, aquelas focadas no problema. Câmara e Carlotto (2007) acrescentam ainda, que estes também tendem a buscar pelo apoio de amigos íntimos ou ajuda profissional para solucionar os problemas.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Considerando o objetivo geral da presente pesquisa, investigar quais comportamentos são mais utilizados pelos adolescentes acadêmicos da Universidade da Região da Campanha, do Centro de Ciências da Saúde frente a situações ansiogênicas e estressoras, percebeu-se que os mesmos fazem maior uso das estratégias de aproximação, conseqüentemente, lidando de maneira adequada e adaptativa aos acontecimentos. Dados estes, que enquadraram-se na grande maioria das pesquisas relacionadas ao tema e também as teorias referentes a faixa etária dos estudantes, em sua predominância.

As diferenças encontradas entre os comportamentos do sexo feminino e masculino correspondem ao esperado e o usual da população, onde as mulheres fazem mais uso de estratégias de aproximação, e os homens de estratégias de evitação. Tal fato é semelhante ao encontrado em outras pesquisas, e pode estar relacionado a cultura de comportamentos adequados para os diferentes sexos. Já idades pesquisadas não indicam variações de escolha de estratégias, sendo utilizada em sua predominância as estratégias e aproximação. Este dado relaciona-se aos outros estudos, uma vez que, os adolescentes nas fases intermediária e final, tendem a comportar-se de forma mais adaptativa. Com relação aos diferentes cursos analisados, de maneira geral, demonstraram maior utilização das estratégias de aproximação, com exceção do curso de Farmácia, no qual houve predominância das estratégias de evitação.

Portanto, podemos concluir, que os jovens estudantes, em sua maioria, apresentam comportamentos adequados frente as situações que geram ansiedade e estresse. Fato este, que pode estar relacionado ao desenvolvimento da maturação e cognição, a vivência e experiências, aos grupos que fazem parte e a cultura do ambiente no qual estão inseridos. Visto que, estes fatores influenciam nas escolhas e comportamentos dos indivíduos em geral, e especialmente, na faixa etária estudada.

REFERÊNCIAS

ANTONIAZZI, Adriane S., DELL'AGLIO, Débora D., BANDEIRA, Denise R. "O conceito de *coping*: uma revisão teórica" Estudos de Psicologia, UFRGS, Porto Alegre, 1998. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/epsic/v3n2/a06v03n2>> Acessado em 29 de outubro de 2016.

ANTONIAZZI, Adriane S. "Desenvolvimento de instrumentos para avaliação de *coping* em adolescentes brasileiros" Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 1999. Disponível em <<https://www.lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/2908/000283149.pdf?sequence=1>> Acessado em 24 de março de 2017.

ANTONIAZZI, Adriane S., SOUZA, Luciana K., HUTZ, Claudio S., "Coping em situações específicas, bem-estar subjetivo e autoestima em adolescentes" Gerais: Revista interinstitucional de Psicologia, vol 2, 2009. Disponível em <<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/gerais/v2n1/v2n1a05.pdf>> Acessado em 21 de maio de 2017.

BERNIK, Márcio A. "Benzodiazepínicos: Quatro décadas de experiência" Edusp, São Paulo, 1999.

BORGES, Ana Inês, MANSO, Dina Suzana, TOMÉ, Gina, MATOS, Margarida Gaspar De., "Ansiedade e *coping* em crianças e adolescentes: diferenças relacionadas a idade e gênero" 2008. Disponível em <<http://www.ufsj.edu.br/portal2-repositorio/File/lapsam/Metodo%20de%20pesquisa/Metodos%20de%20pesquisa%202013/Ansiedade.pdf>> Acessado em 6 de novembro de 2016.

BRITO, Isabel. "Ansiedade e depressão na adolescência" Rev. Port. Clin. Geral, 2011. Disponível em <<http://www.scielo.mec.pt/pdf/rpcg/v27n2/v27n2a10.pdf>> Acessado em 6 de novembro de 2016.

CÂMARA, Sheila Gonçalves, CARLOTTO, Mary Sandra "Coping e gênero em adolescentes" Psicol. Estud., vol. 12, Maringá, 2007. Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-

73722007000100011&lng=en> Acessado em 24 de maio de 2017.

DELL'AGLIO, Débora Dalbosco, "O processo de *coping* em crianças e adolescentes: adaptação e desenvolvimento" Temas em Psicologia SBP, UFRGS, 2003. Disponível em <<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/tp/v11n1/v11n1a05.pdf>> Acessado em 15 de novembro de 2016.

D'EL REY, Gustavo J. Fonseca "Quando a ansiedade torna-se uma doença?" Rev. Integração, nº 43, Out/Nov/Dez, 2005. Disponível em: <ftp://ftp.usjt.br/pub/revint/379_43.pdf> Acessado em 31 de agosto de 2016.

DIAS, Maria Catarino "Relação entre *coping*, bem-estar psicológico e satisfação com a vida, numa população de adolescentes" Universidade de Lisboa, 2014. Disponível em <http://repositorio.ul.pt/bitstream/10451/20448/1/ulfpie047398_tm.pdf> Acessado em 24 de maio de 2017.

DINIZ, Simon Santana, ZANINI, Daniela S. "Relação entre fatores de personalidade e estratégias de *coping* em adolescentes" Psico-USF, Itatiba, 2010. Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-82712010000100008&lang=pt> Acessado em 24 de maio de 2017.

FERREIRA, Teresa Helena Schoen, FARIAS, Maria Anzar "Adolescência através dos séculos", Rev. Psic.: Teor. e Pesq., Brasília, 2010. Acessado em 21 de abril de 2017. Disponível em <<http://www.scielo.br/pdf/ptp/v26n2/a04v26n2.pdf>>

KOLLER, Sílvia H. "Ecologia do desenvolvimento humano: pesquisa e intervenção no Brasil" 1ª ed., Casa do Psicólogo, São Paulo, 2004.

KRISTENSEN, Christian Haag, SCHAEFER, Luiziana Souto, BUSNELLO, Fernanda de Bastani, "Estratégias de *coping* e sintomas de *stress* na adolescência", Estudos de Psicologia, Campinas, 2010. Disponível em <<http://www.scielo.br/pdf/estpsi/v27n1/v27n1a03.pdf>> Acessado em 15 de novembro de 2016.

LEWIS, Elizabeth, "Adolescent coping strategies and onset of substance use"

University of Delaware, 2010. Disponível em <<http://udspace.udel.edu/bitstream/handle/19716/5519/Lewis,%20Elizabeth.pdf?sequence=1>> Acessado em 14 de junho de 2017.

MONTIEL, José M., BARTHOLOMEU, Daniel, MACHADO, Afonso A., PESSOTTO, Fernando “Caracterização dos sintomas de ansiedade em pacientes com transtorno do pânico” Bol. Acad. Paulista de Psicologia, nº 86, São Paulo, 2014. Disponível em: <<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=94632921012>> Acessado em 31 de agosto de 2016.

NEUFELD, Carmem Beatriz (Org) “Terapia cognitivo-comportamental para adolescentes: uma perspectiva transdiagnóstica e desenvolvimental” Artmed, Porto Alegre, 2017.

OUTEIRAL, José, “Adolescer” 3ª ed., Editora Revinter, Rio de Janeiro, 2008.

PAPALIA, Diane E., OLDS, Sally W., FELDMAN, Ruth D. “Desenvolvimento Humano”, 10ª ed., AMGH, Porto Alegre, 2010.

SENNA, Sylvia Regina Carmo Magalhães, DESSEN, Maria Auxiliadora, “Contribuições das teorias do desenvolvimento humano para a concepção contemporânea da adolescência” Psicologia: Teoria e Pesquisa, 2012. Disponível em <<file:///C:/Users/Luiza/Downloads/Contribui%C3%A7%C3%B5es%20das%20Teorias%20do%20Desenvolvimento%20Humano%20para%20a%20Concep%C3%A7%C3%A3o.pdf>> Acessado em 14 de novembro de 2016.

SILVA, Gelcimary Menegatti “Polivitimização, *coping* e abordagem cognitivo-comportamental: estudos de caso”, PUC de Goiás, Goiânia, 2014. Disponível em <<http://tede2.pucgoias.edu.br:8080/bitstream/tede/1832/1/Gelcimary%20Menegatti%20da%20Silva.pdf>> Acessado em 21 de maio de 2017.