

Treino da resistência psicológica na recruta militar em Portugal: o papel da coesão militar, da autoestima e da ansiedade na resiliência*

Resiliency Training in Portuguese Army Basic Instruction:
The Role of Military Cohesion, Self-Esteem and Anxiety

Entrenamiento de la Resistencia Psicológica en el Reclutamiento Militar en Portugal:
el Papel de la Cohesión Militar, de la Autoestima y de la ansiedad en la resiliencia

Célia M. D. Sales**, Alexandra Saraiva***, Luís Faisca****

Doi: <http://dx.doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/apl/a.3626>

Resumo

Este trabalho investiga o impacto do processo de treino militar de resistência psicológica na resiliência dos recrutas, considerando o papel moderador da coesão de grupo militar, da autoestima e da predisposição para a ansiedade. Uma amostra de conveniência de 104 militares foi avaliada antes e depois do Curso de Formação Geral Comum dos Praças do Exército Português, seguindo um desenho metodológico de medidas repetidas. Os resultados revelam que, embora não se possa atribuir ao processo de recruta alterações significativas nos níveis

globais de resiliência, as variações individuais observadas na resiliência entre o início e o final da recruta se associam moderadamente à autoestima e à percepção da coesão do grupo. Estes resultados são discutidos quanto às implicações no contexto do treino militar.

Palavras-chave: resiliência, coesão de grupo militar, autoestima, ansiedade, treino militar.

Abstract

The present study aims to explore the impact of military training on the psychological resilience of army

* O estudo apresentado neste artigo foi conduzido durante a realização da Monografia da Licenciatura Pré-Bolonha em Psicologia Clínica (Universidade Autónoma de Lisboa), elaborada em 2008 sob a orientação de Célia Sales e a coorientação de José da Silva Pinto.

Especial agradecimento à Instituição Militar por proporcionar a hipótese de efetuar este estudo nas suas unidades, disponibilizando todo o auxílio necessário.

Este estudo foi parcialmente financiado pela Fundação para a Ciência e a Tecnologia (FCT UID/PSI/00050/2013 E UID/BIM/04773/2013) e pelos programas EU FEDER e COMPETE (POCI-01-0145-FEDER-007294).

** Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto (FPCEUP), Centro de Psicologia da Universidade do Porto (CPUP), Portugal. Correio eletrónico: celiasales@fpce.up.pt

*** Departamento de Psicologia e Sociologia, Universidade Autónoma de Lisboa, Portugal. Correio eletrónico: alexandrasaraiva@gmail.com

**** Centro de Investigação em Biomedicina (CBMR) e Departamento de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade do Algarve, Portugal. Correio eletrónico: lfaisca@ualg.pt

Cómo citar este artículo: Sales, C. M. D., Saraiva, A., & Faisca, L. (2017). Treino da resistência psicológica na recruta militar em Portugal: o papel da coesão militar, da autoestima e da ansiedade na resiliência. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 35(2), 317-337. doi: <http://dx.doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/apl/a.3626>

recruits; the moderator role of other variables relevant for the military training (namely, group cohesion, self-esteem, and anxiety proneness) is also considered. A convenience sample of 104 military recruits was evaluated before and after the first six weeks of the Enlisted Basic General Military training. Although results showed a non significant global effect of the recruit training on resilience, individual changes in resilience levels between the beginning and the final of the training period seem to be moderately associated with participants' self-esteem and group cohesion perception. The results are discussed regarding to their implications in military training context.

Keywords: resilience, group cohesion, self-esteem, anxiety, military training.

Resumen

Este trabajo investiga el impacto del proceso de entrenamiento militar de resistencia psicológica en la resiliencia de los reclutas, considerando el papel moderador de la cohesión de grupo militar, de la autoestima y de la predisposición para la ansiedad. Una muestra de conveniencia de 104 militares fue evaluada antes y después del Curso de Formación General Común de las Plazas del Ejército Portugués, siguiendo un diseño metodológico de medidas repetidas. Los resultados revelan que, a pesar de no poder atribuir al proceso de reclutamiento alteraciones significativas en los niveles globales de resiliencia, las variaciones individuales observadas en la resiliencia entre el inicio y el final del reclutamiento se asocian moderadamente a la autoestima y a la percepción de la cohesión del grupo. Estos resultados son discutidos en cuanto a las implicaciones en el contexto del entrenamiento militar.

Palabras clave: resiliencia, cohesión de grupo militar, autoestima, ansiedad, entrenamiento militar.

Introdução

Do ponto de vista psicológico, a recruta militar pretende preparar o indivíduo para enfrentar

cenários de adversidade, adicionando de forma metódica diversos estressores à formação, de modo a tornar os militares mais resistentes à pressão psicológica (Rodrigues, 2003). A resiliência é um mecanismo que permite a qualquer ser humano ter uma existência sadia e superar com êxito a adversidade, apesar de acontecimentos desestabilizantes, de condições de vida difíceis ou de traumatismos (Rutter, 2012). Neste sentido, o presente estudo visa averiguar até que ponto o treino de recruta promove o desenvolvimento da resiliência psicológica desejável na preparação militar. Adicionalmente, procura-se esclarecer se existe relação entre resiliência e outras variáveis que se têm mostrado relevantes na adaptação ao contexto militar, tais como a coesão militar, a autoestima e o nível de ansiedade dos recrutas.

Resiliência

A resiliência é um conceito relativamente recente no campo das Ciências Sociais. São muitos e diversos os sentidos encontrados para este conceito, sendo no entanto possível identificar duas grandes tendências na definição de resiliência (Fletcher & Sarkar, 2013; Windle, 2011): a dos autores que consideram a resiliência como uma característica ou capacidade individual (por exemplo, Anaut, 2005; Manciaux, 2001; Pesce, Assis, Santos & Oliveira, 2004) e a dos autores que a entendem como um processo conducente a um resultado benéfico (por exemplo, Luthar, Cicchetti & Becker, 2000; Zimmerman, Salem & Notaro, 2000).

É, por vezes, ténue a linha entre estas duas formas de conceber a resiliência, podendo um mesmo autor falar tanto de processo como de capacidade. Deste modo, Cyrulnik (2005) refere-se à resiliência quer como “um processo complexo que resulta da interação do indivíduo com o seu meio ambiente” (p. 44), quer como “capacidade de ser bem sucedido, de viver e de se desenvolver positivamente, de maneira socialmente aceitável, apesar do estresse ou de uma adversidade que normalmente implica o

risco grave de um resultado negativo” (p. 44). De um ponto de vista processual, a resiliência pode definir-se como um mecanismo que atua quando existem condições ambientais de risco e que possibilita obter resultados tão bons ou melhores do que os obtidos na ausência dessas condições de risco. À luz desta conceção, indivíduos resilientes serão aqueles que, em vez de evitarem o risco, conseguem adaptar-se-lhe de forma satisfatória ou mesmo benéfica.

A existência de fatores de risco e fatores de proteção é uma das ideias centrais na conceção da resiliência. Segundo Anaut (2005, p.31), “a noção de risco implica a possibilidade de sofrer um dano ou uma perda, a possibilidade de ser submetido a um perigo, de ser exposto a uma ferida”. Situações como pobreza, ruturas familiares, experiência de algum tipo de violência ou doença, ou perdas importantes, constituem exemplos de circunstâncias que podem ser consideradas fatores de risco (Pesce et al., 2004). Os fatores de proteção referem-se às influências que modificam ou melhoram respostas pessoais a determinados riscos de desadaptação, protegendo o indivíduo de acontecimentos que possam agredi-lo física, psíquica ou socialmente. São, por isso, garantias de um desenvolvimento saudável (Rutter, 2012). Considera-se, em geral, três tipos de fatores de proteção (Rutter, 2012): (I) fatores individuais (como a autoestima, o autocontrole, a autonomia e algumas características próprias da personalidade de cada um); (II) fatores familiares (relacionados com a coesão e estabilidade familiares, tipo de relação entre os membros da família, ou seja, se existe respeito e apoio entre os mesmos); e (III) fatores de suporte proporcionados pelo meio ambiente (bom relacionamento com os pares e outras pessoas significativas). Para serem eficazes, estes fatores de proteção deverão reunir quatro condições: diminuir o impacto do risco, reduzir a probabilidade de aparecerem reações negativas em cadeia, reforçar a autoestima e o autoconceito e aproveitar as oportunidades positivas (Rutter, 2000).

Embora a maior parte da investigação sobre resiliência tenha como público-alvo crianças e jovens em situação de potencial risco de trauma, hoje em dia se considera que a resiliência se desenvolve em todas as fases da vida e em circunstâncias que não têm de ser tão extremas (Bonanno, 2004; Rutter, 2012).

Em resumo, nas últimas décadas, a resiliência já não é encarada como uma característica fixa dos indivíduos, mas sim representa um conjunto de processos diversificados que operam ao longo da vida (Rutter, 2000). Os investigadores desta temática, ao invés de se focarem apenas em inventariar fatores de risco e de proteção individuais, familiares ou sociais, têm procurado compreender como tais fatores se articulam para permitir a adaptação positiva a uma determinada situação de stress ou de adversidade (Vilhena, 2005). Assim, a resiliência é vista como o produto final da interação entre fatores de risco e fatores de proteção (Yunes & Szymanski, 2001), considerando-se um construto multidimensional, que resulta de um estado equilibrado entre esses fatores, perante acontecimentos estressantes ou traumatizantes (Rutter, 2012).

Resiliência, *coping*, autoestima e ansiedade

Sendo definida como uma resposta positiva face a estressores, é importante distinguir entre resiliência e *coping*. Segundo Anaut (2005), o *coping* é uma vertente essencialmente comportamental e consciente do processo de resiliência. Estratégias de *coping* mais direcionadas para a resolução dos problemas podem ser encontradas em indivíduos resilientes, enquanto estratégias de *coping* ligadas à fuga dos problemas (*coping* evitante), têm tendência a ser pouco utilizadas por esses indivíduos. Para Fletcher e Starker (2013), a resiliência influencia o modo como o estressor é avaliado, enquanto o *coping* se refere às estratégias adotadas após essa avaliação. Desta forma, o nível de resiliência do

indivíduo vai afetar indiretamente as estratégias de *coping* que se utilizam no confronto com as situações ameaçadoras.

No sentido de identificar as características que protegem certos indivíduos dos efeitos negativos de situações estressantes, Roth e colaboradores (1989) estudaram indivíduos especialmente resistentes ao estresse. Dentre diversas dimensões que variam a resposta ao estresse, destacaram-se a autoestima e a vulnerabilidade à ansiedade. Segundo Branden (1988), uma avaliação positiva de si mesmo vai funcionar como um sistema imunitário do indivíduo, garantindo força, resistência e capacidade de retoma. Os indivíduos alcançam mais facilmente os seus objetivos se tiverem uma melhor autoestima, pois assim estarão mais habilitados para lidar com as situações adversas (Nunes, Tap & Hipólito, s.d). Nesta linha de pensamento, um indivíduo que tenha uma maior autoestima, será mais resiliente, pois apresentará maior capacidade para processar contrariedades.

O termo ansiedade é mais utilizado para descrever um estado ou uma condição emocional desagradável, embora possa também ser utilizado para referir diferenças individuais estáveis na predisposição para reagir com ansiedade às situações estressantes (ansiedade enquanto traço de personalidade). Assim, os estados de ansiedade diferenciam-se do traço de ansiedade, na medida em que os primeiros se referem a um estado emocional passageiro que se manifesta numa determinada altura, numa situação e se caracteriza por sentimentos subjetivos de tensão, apreensão, nervosismo e preocupação, e pela ativação ou estimulação do sistema nervoso autônomo (Spielberger et al., 1983). Considerada como traço da personalidade, a ansiedade refere-se a uma predisposição para a ansiedade, estabelecendo diferenças individuais relativamente ao modo como se avalia uma determinada situação estressante ou ameaçadora, à intensidade com que se responde a essa determinada situação, bem como quanto à frequência e intensidade com que a pessoa experimenta estados

de ansiedade. As pessoas, possuindo um nível elevado de ansiedade-traço, têm maior tendência para demonstrar níveis elevados de ansiedade-estado (Spielberger et al., 1983). Diversos estudos têm indicado que a predisposição ansiosa pode afetar a forma como o indivíduo lida com situações adversas. Pessoas com ansiedade-traço elevada, manifestam mais facilmente estados intensos de ansiedade e frustração em situações estressantes (ex., George & Clarke, 2013; Horikawa & Yagi, 2012; Meijer, 2001), o que pode funcionar como um elemento perturbador ou mesmo inibidor de comportamentos ajustados, tornando estes indivíduos menos habilitados para lidar com as situações adversas da vida. Sendo a resiliência um processo dinâmico onde interagem fatores internos do sujeito e o seu meio ambiente, então indivíduos predispostos para a ansiedade terão uma noção acrescida de risco e ameaça, mostrando mais dificuldade em se adaptar às situações potencialmente ameaçadoras; consequentemente, serão menos resilientes.

Resiliência em contexto militar

Ao longo da sua vida profissional, os militares estão frequentemente expostos às situações críticas que lhes requerem esforços físicos e psicológicos de adaptação: atividades fisicamente exigentes, que podem envolver risco de vida, estimulação sensorial extrema, participação em cenários de guerra, mudanças marcadas de ambiente ou de condições climáticas, afastamento prolongado da família (Pflanz & Sonnek, 2002; Skomorovsky & Stevens, 2013). No entanto, e tal como acontece com outras populações, a maior parte dos militares consegue uma boa adaptação, mesmo em situações potencialmente traumáticas (por exemplo, Buckley, Blanchard & Hickling, 1996; Sutker, Davis, Uddo & Ditta, 1995). Daí, que em anos recentes, o foco da investigação tenha passado do estudo dos efeitos negativos da adversidade para o estudo da resiliência, na tentativa de compreender os fatores psicológicos que favorecem a adaptação do militar

à adversidade, assim como de identificar formas de incentivar sua resiliência psicológica (Sudom, Lee & Zamorski, 2014).

Dolan e Adler (2006) mostraram que a robustez psicológica (*hardiness*), ao permitir avaliar situações potencialmente estressoras como menos ameaçadoras e a encará-las enquanto oportunidades de crescimento e mudança (Lambert & Lambert, 1999), fomenta a resiliência psicológica dos militares. Estes investigadores constataram que os militares, com esta característica, revelaram menores níveis de depressão durante e após situações de destacamento que envolviam exposição a estressores.

Também as estratégias de *coping* face ao estresse parecem ser particularmente importantes no processo de resiliência em militares. Por exemplo, o *coping* evitante surgiu como preditor de sintomatologia de estresse pós-traumático em militares envolvidos na Guerra do Golfo (Sutker, Davis, Uddo, & Ditta, 1995), enquanto a adoção de um estilo de *coping* orientado para a resolução de problemas se associou a níveis reduzidos de sintomatologia de estresse pós-traumático (Skomorovsky & Stevens, 2013; Solomon, Mikulincer & Avitzur, 1988).

Existem alguns estudos realizados em Portugal sobre a resiliência em contexto específico militar. Vilhena (2005) estudou os processos de adaptação de militares sujeitos a fatores de estresse, comparando militares envolvidos em missões de paz com militares não envolvidos neste tipo de missão. No estudo, foram consideradas variáveis individuais e familiares, nomeadamente medidas de bem-estar geral, de vinculação adulta, de satisfação conjugal, de ansiedade (estado e traço) e de sentido de coerência interna, uma medida indicadora da resiliência. Segundo Antonovsky (1998), o sentido de coerência interna corresponde a um estilo de avaliação cognitiva e emocional, que associa à estratégias positivas de *coping*, a um aumento de saúde e um melhor ajustamento social; se estiver presente de forma marcada

no indivíduo, permite-lhe gerir eficazmente seus recursos, levando-o a encarar situações adversas como menos ameaçadoras e mais desafiantes, e a mobilizar estratégias de *coping* que conduzem à resolução do problema e a uma adaptação positiva (Amirkhan & Greaves, 2003; Antonovsky, 1998). Os resultados de Vilhena (2005) revelaram que ambos os grupos possuíam valores moderadamente elevados de coerência interna, levando a crer que se avaliam como capazes de utilizar seus recursos para lidar com as exigências do dia-a-dia. No entanto, os militares envolvidos em missão de paz, que tinham estado sujeitos a níveis de estresse mais elevados, possuíam melhores indicadores de bem-estar geral, em comparação com os militares que não tinham estado em preparação, nem tinham expectativas de integrar uma Missão de Apoio à Paz. Estes resultados aproximam-se dos resultados do estudo com militares das Forças Armadas Canadianas, conduzido por Sudom, Lee e Zamorski (2014), onde se constatou que militares previamente destacados em missão apresentavam indicadores de resiliência mais elevados do que aqueles que nunca tinham estado deslocados. Estes resultados parecem refletir o chamado *stealing effect* (Rutter, 2012), em que a exposição ao estresse e à adversidade fortalece a pessoa, aumentando a sua resistência a futuras situações de estresse, ao invés de aumentar a sua vulnerabilidade. Esta é, aliás, a premissa que subjaz ao treino militar, com exposição programada de fontes de estresse. A questão fundamental, de acordo com Rutter (2012), é identificar as circunstâncias que levam à resistência (e não à vulnerabilidade) face ao estresse, assim como os mecanismos mediadores desse efeito.

Em resposta a um pedido efetuado por uma unidade de instrução militar, que pretendia perceber os fatores que levavam a um elevado número de desistências, Rodrigues (2005) conduziu um estudo longitudinal sobre o processo de adaptação dos instruendos às exigências do Curso de Operações Especiais. Partindo do pressuposto de

que a resiliência se traduz por uma boa adaptação externa e interna (Masten & Reed, 2002), um instruendo resiliente seria aquele que apresentasse um bom desempenho em nível de avaliação do curso (adaptação externa) e, simultaneamente, um reduzido impacto emocional (adaptação interna) das situações adversas que se lhe deparavam. Neste estudo, Rodrigues (2005) mediu dois construtos que correspondem à características intraindividuais de personalidade resiliente (a robustez psicológica e o sentido de coerência interna) e uma variável interindividual, a coesão militar horizontal. De acordo com MacCoun & Hix (2010), a coesão militar define-se pela conjugação de duas dimensões: a coesão de tarefa, que corresponde ao compromisso compartilhado pelos membros para atingir um objetivo que requer os esforços coletivos do grupo; e a coesão social, que reflete a proximidade emocional entre os membros do grupo, o quanto apreciam a companhia uns dos outros em contexto de convívio social. Tanto a coesão de tarefa como a coesão social, estão presentes sob a forma de coesão horizontal (coesão primária entre pares, ao nível do grupo) e de coesão vertical (presente na relação entre líderes e subordinados). Um grupo militar coeso terá melhores resultados na execução de tarefas exigentes, pois a coesão mantém o grupo organizado e focado nas tarefas, servindo como sistema de apoio social mútuo, tanto em nível da tarefa como em nível emocional e da relação, potenciando a autoestima individual e permitindo aos indivíduos suportarem situações que não conseguiriam sozinhos (Griffith & Vaitkus, 1999).

No estudo de Rodrigues (2005), os resultados revelaram que os recrutas que encaravam a adversidade como fazendo parte do meio onde se encontravam e que compreendiam as exigências do curso de instrução, apresentavam melhores níveis de adaptação. Estes recrutas avaliavam as adversidades como um desafio, propondo-se a resolvê-las. Os militares mais adaptados apresentavam maior sentido de pertença ao grupo (níveis mais elevados de Coesão Militar horizontal),

constatando-se que a relação entre as medidas de personalidade resiliente de um indivíduo e o seu nível de adaptação, eram impactadas pelo nível de coesão sentido. Assim, a coesão militar parece ser um fator importante na absorção do impacto de fatores de estresse e na redução das suas consequências (Rodrigues, 2005), ajudando a promover a adaptação individual, pois está positivamente correlacionada com o bem-estar (níveis baixos de sintomas negativos), e negativamente correlacionada com ansiedade psicológica e com o mal-estar (estresse, depressão, solidão, ansiedade) (Griffith, 1988; Solomon, Mikulinan & Hobfoll, 1986). A coesão opera como um indicador de suporte social, que constitui um dos mais importantes preditores de sucesso de *coping* face ao estresse (MacCoun & Hix, 2010).

Objetivos

Neste estudo, ao considerar a resiliência como um processo dinâmico em que interagem fatores internos do indivíduo e fatores associados ao meio ambiente que o rodeia, procura-se clarificar em que medida o treino militar básico é ou não promotor do processo de resiliência.

Embora comecem a ser implementados programas de treino específico da resiliência para militares (por exemplo, na Austrália, Canadá e Estados Unidos; ver Casey, 2011; Griffith & West, 2013), o treino psicológico na instrução militar básica segue a estratégia de exposição metódica e deliberada dos recrutas a diversos elementos de pressão, com o objetivo de aumentar a sua resistência à futuras adversidades e situações reais de risco. Apesar de não constituir uma situação de risco físico autêntico, esta exposição programada dos indivíduos à fontes de pressão transmite ao militar a sensação de perigo, através da noção de que está sendo treinado para enfrentar situações em que eventualmente existirá um inimigo real. Atendendo ao papel da resiliência na superação de situações difíceis e de grande tensão e à importân-

cia dessa competência nos militares, pretendemos, com o presente estudo, averiguar em que medida a resiliência se modifica durante a recruta. Para melhor compreender esta eventual modificação, levaremos em conta o papel de três variáveis que se têm mostrado relevantes na adaptação militar: a autoestima, o nível de ansiedade e a coesão militar dos recrutas. Especificamente, nosso estudo pretende:

Objetivo 1: Avaliar a evolução da resiliência, da coesão de grupo, da ansiedade-traço e da autoestima antes e depois das seis semanas de recruta (primeira fase do Curso de Formação Geral Comum de Praças do Exército). No âmbito deste objetivo, as hipóteses de trabalho são:

Hipótese 1 (H1) - No final da recruta, os níveis médios de resiliência serão significativamente maiores do que no início.

Durante o treino militar, os recrutas são expostos à situações adversas e estressantes, com o objetivo de treinar a superação de dificuldades e prepará-los para enfrentar condições ambientais adversas e com potencial risco de vida. Consideramos que esta exposição ao estresse irá promover o *steeling effect* (Rutter, 2012), esperando-se assim um aumento dos níveis médios de resiliência após a recruta.

Hipótese 2 (H2) - No final da recruta, os níveis médios de coesão do grupo militar serão significativamente mais elevados do que no início.

Em consonância com a proposta de Siebold (2007), será de esperar que, após seis semanas de convivência e de exposição conjunta do grupo de instruendos à fontes de estresse, a coesão horizontal aumente, por via do estabelecimento de confiança entre os membros do grupo e pela construção da capacidade de trabalho em equipe, que é necessário para levar a cabo as tarefas propostas ao grupo.

Quanto à autoestima e à ansiedade-traço, não é possível estabelecer à partida o sentido da sua evolução, por se tratarem de características individuais, de natureza relativamente estável, sendo de prever que não se alterem significativamente num intervalo de apenas seis semanas. No entanto, os participantes deste estudo são expostos durante o treino à situações adversas que os carregam com incerteza, carga física, alguma privação do sono e condições ambientais potencialmente incômodas, que podem deflagrar estados emocionais de ansiedade, frustração, raiva. A autoestima e a predisposição para a ansiedade serão sensíveis às alterações de contexto trazidas pela recruta? Procuraremos esclarecer esta questão.

Objetivo 2: Explorar a relação entre as variáveis em estudo, de modo a aprofundar a compreensão do processo de resiliência ao longo da recruta. Nossas hipóteses são:

Hipótese 3 (H3) - Os níveis de resiliência e a coesão de grupo militar encontram-se positivamente associadas.

Hipótese 4 (H4) - Os níveis de resiliência e a autoestima encontram-se positivamente associados.

Tanto a autoestima como a coesão de grupo constituem-se como fatores protetores em situações de risco, pelo que, seguindo as linhas orientadoras de Rutter (1990), espera-se que estes efeitos protetores estimulem no recruta o processo de resiliência. Estando associada ao uso de estratégias de *coping* adaptativo (Lee, Sudom, & McCreary, 2011), será de esperar que a autoestima amortecia o impacto emocional do estresse nos recrutas, tornando-os assim mais resilientes face à adversidade. A coesão militar também está associada ao *coping* psicológico e a níveis mais baixos de mal-estar psicológico em situação de pressão psicológica (Ahronson & Cameron, 2007).

Este efeito protetor poderá ainda ser potenciado pela eventual sinergia que se estabelece entre

autoestima e coesão de grupo militar. Segundo Rutter (1985), a autoestima desenvolve-se no sentido positivo quando existem relações de amizade securizantes e quando as tarefas consideradas importantes se completam com êxito. De acordo com Manning (1991), um grupo militar coeso proporciona sentimentos de afeto e estima, satisfazendo os requisitos emocionais dos indivíduos que dele fazem parte. Por outro lado, a coesão de grupo está associada ao bem-estar geral do indivíduo (Ahronson & Cameron, 2007).

Hipótese 5 (H5) - Os níveis de resiliência e de ansiedade-traço encontram-se negativamente associados.

Níveis elevados de ansiedade-traço poderão predispor o indivíduo para avaliar a situação de recruta como adversa e potencialmente perigosa. Desta forma, prevê-se que a resiliência, enquanto processo dinâmico em que interagem fatores internos e do meio no sentido de reduzir a percepção do risco, seja reduzida em indivíduos com predisposição elevada para a ansiedade.

Para estas três hipóteses (H3 a H5), espera-se que as correlações previstas sejam mais intensas relativamente às medidas tomadas no final a recruta, na medida em que estes efeitos protetores (autoestima e coesão militar) e de risco (ansiedade-traço) irão intensificar o impacto da recruta no processo de resiliência.

Método

Participantes

A amostra é constituída por 104 recrutas do exército, dos quais 83,7% são do sexo masculino (tabela 1), com idades entre os 17 e 25 anos (média \pm desvio-padrão = 20,0 \pm 1,7 anos). A maioria dos participantes é solteira (92,4%) e cerca de metade indica ter concluído o terceiro ciclo do Ensino Básico (9º ano) (46,2%), seguindo-se a

escolaridade ao nível do ensino secundário, completo ou incompleto (38,5%). Quinze participantes têm escolaridade inferior ao 9º ano (14,4%).

Tabela 1
Caracterização sociodemográfica dos participantes

	N	%
Sexo		
Feminino	17	16,3
Masculino	87	83,7
Idade		
17-19 anos	51	49,1
20-22 anos	42	40,4
23-25 anos	11	10,5
Estado Civil		
Solteiro	96	92,4
Casado/União de Facto	8	7,6
Escolaridade*		
2º ciclo do Ensino Básico (5º-8º ano)	15	14,4
3º ciclo do Ensino Básico (9º ano)	48	46,2
Ensino Secundário (10º-12º ano)	40	38,5

* Um participante não referiu o nível de escolaridade

Nota: O Sistema Educativo Português está organizado em: Educação Pré-escolar (desde os 3 anos e até ao ingresso no Ensino Básico), Ensino Básico (inicia-se aos 6 anos de idade e decorre do 1º ao 9º ano, sendo composto pelo 1º Ciclo que dura 4 anos, pelo 2º Ciclo que dura dois anos e pelo 3º Ciclo que dura três anos), Ensino Secundário (composto por um Ciclo de três anos) e Ensino Superior (Ensino Universitário e Politécnico).

Instrumentos

A resiliência foi medida através da Escala da Resiliência de Wagnild e Young (1993), que avalia os recursos internos de cada indivíduo e o modo como este reage às situações difíceis às quais se deparam ao longo da vida. A escala é composta por 25 itens avaliados em sete níveis de resposta (de “1 – discordo” a “7 - concordo”). Embora tenha sido concebida para avaliar cinco características da empatia (a saber perseverança, serenidade, autoconfiança, autossuficiência e sentido da vida),

a análise fatorial da escala conduzida pelos seus autores parece remeter para uma estrutura bidimensional, compreendendo um fator denominado *Competência pessoal*, que integra competências como autoconfiança, independência, determinação, invencibilidade, mestria, desenvoltura, e perseverança, e um segundo fator, denominado “Aceitação do próprio e da vida”, que representa aspetos como a adaptabilidade, equilíbrio, flexibilidade, e uma perspectiva equilibrada da vida.

Na altura da recolha dos dados para este estudo, nenhuma versão da Escala da Resiliência de Wagnild e Young se encontrava disponível para o Português Europeu; existia uma versão para o Português do Brasil (Pesce et al., 2005), indutora de ambiguidade na interpretação de alguns itens devido às diferenças linguísticas entre Portugal e Brasil, e uma versão preliminar para Português Europeu que estava sendo adaptada para a público adolescente (Vara & Sani, 2006). Por essa razão, após solicitar autorização às autoras, foram feitas duas traduções independentes da escala e à partir delas chegou-se a uma versão consensual, sobre a qual foi efetuada uma retroversão. Após comparar esta retroversão com o original, procedeu-se à correção das poucas divergências detectadas. A versão final da escala obtida foi testada em 90 indivíduos, com idades entre os 15 e 65 anos, não tendo os inquiridos, demonstrado dúvidas relativamente ao significado de qualquer um dos itens. Posteriormente, a escala foi aplicada a uma amostra de 221 adultos de ambos os sexos (idades entre 18 e 83 anos, média: 26,1 anos), para avaliação das suas qualidades psicométricas. A consistência interna da escala total é elevada (coeficiente alfa de Cronbach = 0,87), sendo este valor similar ao obtido por Wagnild e Young (1993) no estudo original (alfa de Cronbach = 0,91) e ligeiramente superior ao obtido por Pesce e colaboradores (2005) na sua adaptação da escala para o Brasil (alfa de Cronbach = 0,80). No que respeita à sua estrutura interna, os resultados da análise fatorial da Escala de Resiliência têm sido díspares nas diferentes adapta-

ções que dela têm sido feitas. A versão brasileira de Pesce e colaboradores (2005), evidenciou três fatores não coincidentes com os dois originalmente identificados pelos autores da escala (Wagnild & Young, 1993); as versões italiana (Girtler et al., 2010) e sueca (Lundman et al., 2007), identificaram seis e cinco fatores, respectivamente. Em seu estudo preliminar com adolescentes portugueses, Vara e Sani (2006) extraíram também seis fatores; Losoi e colaboradores (2013) não conseguiram confirmar nenhuma das estruturas fatoriais prévias da escala no estudo de adaptação para a população finlandesa. A análise fatorial exploratória da presente versão da Escala da Resiliência revelou que a maior parte da variância das respostas era explicada por um único fator (Sales, Moreira & Saraiva, 2009). Considerando este resultado e a instabilidade das estruturas fatoriais encontradas nas diferentes versões da escala, optou-se no presente trabalho por considerá-la uma medida global de resiliência, correspondente à soma de todos os itens da escala. Existindo 25 itens, os resultados podem variar entre 25 e 175 pontos, indicando, uma pontuação elevada, maiores níveis de resiliência.

Para medir a ansiedade, recorreu-se à versão portuguesa do STAI-Y (Spielberger et al., 1983), desenvolvida por Silva (2003). Trata-se de um instrumento de autorresposta constituído por duas escalas de vinte itens cada, a ser respondida através de uma escala de quatro níveis. Uma dessas escalas mede a ansiedade-estado (Y1) e a outra a ansiedade-traço (Y2), avaliando neste caso a predisposição do indivíduo para reações ansiosas. Neste estudo, utilizou-se unicamente a subescala Y2, uma vez que estamos interessados em avaliar o contributo da predisposição individual para a ansiedade na evolução da resiliência durante a recruta. Quanto maior a pontuação resultante da soma dos itens desta subescala, maior o nível de ansiedade-traço. Apesar de este inventário ter sido originalmente desenvolvido para estudantes do ensino secundário e universitário, pode ser

também aplicado à diversas outras populações (Spielberger et al., 1983).

A autoestima foi medida através da escala S.E.R.T.H.U.A.L (*Self-esteem Rogers Tap Hipólito Universidade Autónoma de Lisboa*, Nunes et al., s.d.). Este instrumento é constituído por sessenta itens avaliados através de cinco níveis de resposta, variando de 1 (nada significativo) a 5 (muito significativo). Os itens se agrupam em dez dimensões principais, cinco positivas e cinco negativas. As escalas positivas referem-se à autossatisfação geral, expansão sócio-normativa, maturidade sócio-pessoal, valorização psíquica e intelectual e valorização social (académica e profissional). As escalas negativas incluem a negação e depreciação de si, tensões relacionais, perturbações anômicas, tensões emocionais e hostilidade para consigo próprio. Desta forma, a escala permite conhecer as áreas de funcionamento psicológico que são mais importantes para o sujeito (Nunes et al., s.d.). A Autoestima Global é uma medida da autoestima proporcionada por este instrumento e que resulta da diferença entre a Autoestima Positiva (somatório dos valores obtidos nas cinco dimensões positivas da escala) e a Autoestima Negativa (somatório dos valores obtidos nas cinco dimensões negativas da escala).

Para medir a coesão entre os instruendos, foi aplicada a dimensão horizontal da escala de Coesão Militar, originalmente utilizada no *Dutch Deployability of Teams* do Royal Netherlands Army. Esta escala inclui duas dimensões, uma *dimensão horizontal*, que avalia o apoio sentido entre indivíduos do mesmo nível hierárquico, e uma *dimensão vertical*, que avalia o apoio sentido ao longo da linha hierárquica, no sentido ascendente (Rodrigues, 2005). Neste estudo, utilizamos apenas a dimensão horizontal da Coesão Militar, a qual é composta por dez itens, avaliados numa escala de cinco níveis (de 1 - discordo totalmente a 5 - concordo totalmente), indicando valores elevados da pontuação total, uma maior percepção do nível de coesão do grupo. A versão portuguesa da dimensão

horizontal desta escala foi realizada por Rodrigues (2005) e validada numa amostra de 289 militares, apresentando uma consistência interna adequada (alfa de Cronbach = 0,74).

Procedimento

O conjunto de instrumentos foi aplicado a dois grupos de formandos que realizavam o Curso de Formação Geral Comum de Praças do Exército em dois centros de formação do Exército Português. O recolhimento de informações foi efetuado em dois momentos: antes e depois do período de Instrução Básica, decorrendo entre Junho e Agosto de 2008.

A primeira aplicação realizou-se no início do curso de formação, numa fase em que os participantes ainda não tinham estabelecido quaisquer relações entre si. A segunda aplicação teve lugar seis semanas depois, no final da primeira fase do curso (Instrução Básica), após a qual os instruendos se separam para ocuparem diferentes postos noutras unidades militares e realizarem a segunda fase de formação.

O Curso de Formação Geral Comum de Praças do Exército (vulgarmente denominado recruta militar) tem a duração de doze semanas. As primeiras seis semanas são comuns a todos os recrutas e estão direcionadas para a instrução básica e ensino da vida militar, envolvendo tanto formação teórica como atividades práticas e de treino físico. Finda esta fase inicial da formação, é realizado o “jramento à bandeira”, cerimônia na qual os recrutas declaram formalmente seu comprometimento com o Exército. As seis últimas semanas são dedicadas ao ensino da especialidade para qual cada um foi selecionado, em função das características evidenciadas no período inicial da formação, havendo, portanto, a separação dos grupos inicialmente formados. Para além de seus objetivos formativos, as semanas iniciais da recruta permitem ainda eliminar candidatos que não sejam capazes de enfrentar as exigências do curso e fomentar nos restantes a capacidade para lidar adequadamente

com o ambiente militar e adaptarem-se positivamente. Segundo Rodrigues (2003), este curso inicial de formação militar é um contexto adverso, que carrega os formandos com incerteza, carga física intensa, privação do sono, condições ambientais extremas, deflagrando estados emocionais intensos, tais como ansiedade, frustração, raiva.

Nos dois momentos de recolha de informação, os participantes foram reunidos em uma sala onde se procedeu a aplicação de todos os instrumentos, tendo esta atividade demorado entre uma e duas horas. Antes do início da primeira aplicação, foi explicado o objetivo do preenchimento das escalas e sublinhado o caráter voluntário desse preenchimento. Foi solicitado aos intervenientes que indicassem o seu número militar nos questionários, de forma a emparelhar as respostas obtidas nos dois momentos de avaliação. Apesar de o anonimato não ter sido garantido desta maneira, foi assegurada a confidencialidade dos dados.

Todas as análises foram executadas recorrendo o programa estatístico *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS), versão 16.0. As médias obtidas nos dois momentos de avaliação foram comparadas mediante o teste *t*-Student para amostras emparelhadas. Por não ter sido possível garantir a totalidade de respostas válidas nos dois momentos de avaliação, a análise estatística das medidas emparelhadas não se baseia sempre no mesmo número de participantes (a dimensão da amostra varia entre 101 e 104, consoante a análise efetuada). Dada a dimensão dos conjuntos de observações em comparação ($n > 30$), recorreremos à técnicas estatísticas paramétricas para comparação de valores médios (Howell, 2013).

Todas as relações entre pares de variáveis foram analisadas graficamente (diagrama de dispersão), com o objetivo de confirmar previamente sua linearidade e verificar a presença de *outliers*. Por existirem *outliers*, optou-se por usar o coeficiente de correlação ordinal de Spearman para avaliar a relação entre as variáveis.

A fim de averiguar se as alterações numa variável entre o primeiro e o segundo momento de avaliação eram afetadas pelas restantes variáveis, recorreu-se a um modelo ANCOVA para medidas repetidas. Seguindo a recomendação de Van Breukelen e Van Dijk (2007), as covariáveis foram previamente centradas, para isso sendo convertidas em valores padronizados *Z*.

Resultados Evolução da Resiliência, Ansiedade, Autoestima e Coesão Militar ao longo da Recruta

Indo ao encontro do primeiro objetivo, começamos comparando os níveis médios das diversas variáveis em estudo nos dois momentos de avaliação, antes e depois das seis semanas de recruta.

Resiliência

No momento pré-recruta, o nível médio de resiliência foi de 141,51 pontos, não se alterando após a recruta ($M = 141,59$); a diferença é negligenciável (d de Cohen = 0,01) e estatisticamente não significativa (ver tabela 2). Embora não existam dados normativos que permitam interpretar com rigor o significado destes valores, podemos referir que se situam dentro do leque de valores que Wagnild (2009) apontou como sendo típicos na maior parte dos estudos com esta escala (entre 140 e 148 pontos). Desta forma, é razoável considerar que em ambos os momentos de avaliação os recrutas relataram possuir níveis moderados de resiliência. Os coeficientes alfa encontrados em ambas as fases de avaliação da resiliência são elevados (alfa de Cronbach = 0,87 e 0,92, respectivamente antes e depois da recruta).

Ansiedade-Traço

Na medição da Ansiedade-Traço, observou-se na pré-recruta uma média de 33,46 e na pós-recruta uma média ligeiramente superior ($M = 34,66$);

Tabela 2

Avaliação antes e depois da recruta (média, desvio-padrão, correlação ordinal de Spearman entre os dois momentos, medida da magnitude da diferença e teste t para amostras emparelhadas)

	Pré-recruta			Pós-recruta			Diferença entre valores médios		
	N	M	DP	M	DP	r_s (pré x pós)	d de Cohen	t	p
Resiliência	101	141,51	15,47	141,59	19,26	0,54	0,01	0,05	0,957
Ansiedade-Traço	104	33,46	6,92	34,66	10,06	0,64	0,14	1,46	0,147
Autoestima									
AE Global	104	59,22	26,08	58,83	31,52	0,65	-0,01	-0,17	0,868
AE Positiva	104	121,68	14,03	122,74	16,02	0,64	0,07	0,88	0,384
AE Negativa	104	62,46	17,57	63,91	20,07	0,65	0,08	0,89	0,373
Coesão Militar	104	41,95	4,87	39,39	6,77	0,52	-0,43	-4,46	0,000

trata-se de uma diferença de magnitude reduzida (d de Cohen = 0,14; tabela 2) e estatisticamente não significativa ($p = 0,147$). Atendendo aos dados para a população portuguesa, obtidos por Silva e Campos (1998), onde os níveis médios de ansiedade-traço em amostras não clínicas rondam os 33-38 pontos, constata-se que os valores registrados na presente amostra sugerem níveis normativos de ansiedade-traço em ambos os momentos. Os valores da consistência interna da medida de ansiedade não são totalmente satisfatórios nos dois momentos de avaliação (alfa de Cronbach = 0,69 e 0,64, respectivamente na fase pré e pós-recruta), sendo menores do que os obtidos no estudo de adaptação portuguesa do instrumento (alfa de Cronbach = 0,80; Silva, 2003).

Autoestima

As duas avaliações da Autoestima Global indicam valores muito próximos ($M = 59,22$ na pré-recruta e $M = 58,83$, após as seis semana de recruta). Também a Autoestima Positiva assume resultados muito próximos nos dois momentos de aplicação ($M = 121,68$ na pré-recruta e $M = 122,74$ após a recruta), sendo verificado resultado semelhante para

a Autoestima Negativa (pré-recruta: $M = 62,46$ e pós-recruta: $M = 63,91$). Constata-se, assim, não haver alterações relevantes nesta dimensão psicológica entre os dois momentos de avaliação (d de Cohen $\leq 0,07$), não sendo detectada qualquer diferença estatisticamente significativa ($p > 0,3$). Os valores médios obtidos pela amostra indicam níveis moderados de autoestima quando comparados com as tabelas normativas da escala (Nunes et al., s.d). No que se refere à fiabilidade das medidas proporcionadas pela S.E.R.T.H.U.A.L., são registrados índices elevados de consistência interna, tanto para as subescalas de Autoestima Positiva (alfa de Cronbach = 0,90 em ambos os momentos) e de Autoestima Negativa (alfa de Cronbach = 0,90 e 0,93, respectivamente no primeiro e no segundo momento), como para Autoestima Global (alfa de Cronbach = 0,83 e 0,80). Tratam-se de valores próximos dos reportados por Nunes e colaboradores.

Coesão Militar

Os níveis médios de Coesão Militar registrados nos dois momentos de avaliação podem ser considerados elevados, atendendo ao fato de a pontuação nesta escala poder variar entre os 10 e os 50 pontos.

Mais especificamente, obteve-se uma média de 41,95 na fase pré-recruta, enquanto num segundo momento esse valor reduziu-se para 39,39 (tabela 2). Esta diferença tem magnitude moderada (d de Cohen = 0,43) e é estatisticamente significativa ($p < 0,001$). Parece assim que os recrutas tendem a sentir uma menor coesão no final da primeira etapa do Curso de Formação Geral do que no seu início. No presente estudo, o questionário de Coesão Militar apresentou uma consistência interna elevada (alfa de Cronbach = 0,75 e 0,82, respectivamente no primeiro e no segundo momento de avaliação) e ligeiramente superior à reportada no estudo efetuado por Rodrigues (2005) (alfa de Cronbach = 0,74).

Papel da Ansiedade-Traço, da Autoestima e da Coesão Militar nos efeitos da Recruta sobre a Resiliência

Apesar de não se ter observado alteração relevante nos níveis médios de resiliência antes e

depois da recruta, foi constatado que as diferenças individuais nessa alteração, embora tendo média praticamente nula ($M = 0,09$), mostram indícios de dispersão ($DP = 16,74$; mínimo = -64 e máximo = 50, correspondendo a uma amplitude 114 pontos). Esta informação descritiva sugere que as alterações individuais nos níveis relatados de resiliência após a realização da recruta ocorreram em ambos os sentidos (aumentos e diminuições), tendo-se, todavia, anulado na globalidade da amostra. De modo a avaliar se estas alterações individuais são significativas, foi calculado o índice de mudança RCI (*Reliable Change Index*, Jacobson & Truax, 1991) que reflete a diferença entre a resiliência pós-recruta e a resiliência pré-recruta. Valores positivos do RCI indicam um aumento dos níveis de resiliência após a recruta e valores negativos, uma diminuição; tais alterações poderão ser consideradas fiáveis e significativas sempre que o valor absoluto de RCI for superior a 1,96. Os valores RCI obtidos por alguns participantes ultrapassam esse ponto crítico (RCI mín. = -8,11 e RCI máx. = +6,34),

Tabela 3

Correlação entre os níveis de resiliência (Pré, Pós e RCI) e as outras variáveis em estudo (coeficiente de correlação ordinal de Spearman)

	Resiliência pré-recruta	Resiliência pós-recruta	Evolução da resiliência (RCI)
Medidas pré-recruta			
Ansiedade-Traço	-0,41***	-0,39***	-0,05
Autoestima Positiva	+0,62***	+0,52***	+0,00
Autoestima Negativa	-0,39***	-0,37***	-0,02
Autoestima Global	+0,57***	+0,52***	+0,03
Coesão Militar	+0,32***	+0,45***	+0,19
Medidas pós-recruta			
Ansiedade-Traço	-0,38***	-0,52***	-0,24*
Autoestima Positiva	+0,44***	+0,74***	+0,36***
Autoestima Negativa	-0,36***	-0,55***	-0,24*
Autoestima Global	+0,44***	+0,71***	+0,34***
Coesão Militar	+0,34***	+0,65***	+0,39***

Nota: *** $p \leq 0,001$; ** $p \leq 0,01$; * $p \leq 0,05$.

o que sugere que as variações observadas nos níveis individuais de resiliência não podem ser atribuíveis simplesmente à flutuações aleatórias no modo de resposta dos recrutas. Estes resultados indicam que a experiência de recruta induziu alterações marcadas nos níveis de resiliência dos instruídos, quer aumentando a autoavaliação que alguns deles fazem da sua resiliência (quinze recrutas – 14,9% – apresentam um RCI positivo significativo), quer, pelo contrário, diminuindo a forma como outros avaliam sua resiliência (treze recrutas – 12,9% – apresentam um RCI negativo significativo).

Assim, e no seguimento do segundo objetivo, procurou-se averiguar se as variações individuais na evolução da resiliência (expressas pelo RCI) se associavam de forma sistemática às restantes variáveis em estudo. A tabela 3 apresenta os valores da correlação entre essas variáveis e os níveis de resiliência pré e pós-recruta, bem como o índice RCI.

Numa primeira análise da tabela 3, podemos constatar que os níveis de Ansiedade, de Autoestima e de Coesão Militar expressos pelos participantes se correlacionam significativamente com os níveis concorrentes de resiliência, tanto no início como no final da recruta. Assim, antes de se iniciar a recruta, evidencia-se uma correlação moderada da Resiliência com as diferentes dimensões da autoestima (Autoestima Positiva: $r_s = 0,62$; Autoestima Negativa: $r_s = -0,39$; Autoestima Global: $r_s = 0,57$) e com a Ansiedade-Traço ($r_s = -0,41$); a Resiliência também se correlaciona de forma positiva, mas menos intensa, com a Coesão Militar ($r_s = 0,32$). No final das seis semanas de recruta, o padrão das relações concorrentes entre as variáveis mantém-se, verificando-se, no entanto, um aumento na intensidade das mesmas; assim, a magnitude das correlações da Resiliência com as outras variáveis passa da gama de 0,30-0,60 para a gama de 0,50-0,75, destacando o aumento da correlação com a Coesão Militar (após a recruta, passa a $r_s = 0,65$). A presença destas relações moderadas ou fortes entre medidas concorrentes de Resiliência e

medidas de Autoestima, de Ansiedade-Traço e de Coesão do Grupo, indiciam a importância destas variáveis para o processo da resiliência, tal como previsto na literatura.

Atendendo à correlação moderada entre os níveis de resiliência observados nos dois momentos de avaliação (tabela 2, $r_s = +0,54$), é de esperar que as medidas pré-recruta de Autoestima, de Ansiedade e de Coesão Militar mantenham correlações significativas com a resiliência pós-recruta, tal como se espera que as medidas pós-recruta destas variáveis se correlacionem com a resiliência pré-recruta (ver tabela 3). Por essa razão, não nos debruçaremos sobre as correlações entre medidas não concorrentes, pois estas refletem possivelmente a autocorrelação entre variáveis.

Mais relevante para os objetivos do presente estudo é averiguar de que forma as variáveis em causa se associam à evolução da resiliência entre as duas fases de avaliação (expressa pelo índice RCI e representada na última coluna da tabela 3). Verifica-se que as medidas pré-recruta de Ansiedade, Autoestima e Coesão Militar não têm impacto significativo na evolução da resiliência entre o início e o final da recruta ($r_s < 0,2$, $p > 0,05$). Pelo contrário, a evolução da resiliência associa-se significativamente ao nível dessas variáveis observadas no final da recruta. Assim, o aumento dos níveis de resiliência surge associado a valores mais elevados de Autoestima (Autoestima Positiva, $r_s = +0,36$; Autoestima Global, $r_s = +0,34$) e da Coesão Militar ($r_s = +0,39$) e a valores mais baixos de Ansiedade-Traço e de Autoestima Negativa no final da recruta ($r_s = -0,24$, para ambos os casos).

Finalmente, e embora esta análise não se enquadre nos objetivos inicialmente propostos, tendo sido verificado que apenas a Coesão Militar se alterou significativamente, diminuindo após as seis semanas da recruta (tabela 2), procurou-se explorar se alguma das outras variáveis se relaciona com esta diminuição. Para isso, foi realizada uma análise de covariância (ANCOVA) para medidas

repetidas (pré- e pós-recruta), considerando como covariáveis os níveis de Resiliência, Ansiedade e Autoestima observados no início da recruta. Os resultados apresentam-se na tabela 4.

Tabela 4
Alteração nos níveis de Coesão Militar e sua interação com as covariáveis

Covariável	“Mudança na coesão”		“Mudança na coesão” × covariável	
	<i>f</i>	<i>p</i>	<i>f</i>	<i>p</i>
Resiliência	21,06	< 0,001	1,84	0,178
Ansiedade-Traço	21,40	< 0,001	3,50	0,064
Autoestima Positiva	20,93	< 0,001	1,23	0,270
Autoestima Negativa	21,41	< 0,001	3,51	0,064
Autoestima Global	21,40	< 0,001	3,46	0,066

Os resultados desta análise permitem constatar que a redução nos níveis de Coesão Militar se mantém significativa ($p < 0,001$), mesmo após controlar individualmente os efeitos das restantes variáveis (coluna “Mudança na coesão”, tabela 4). Verifica-se que a Ansiedade-Traço, a Autoestima Negativa e a Autoestima Global parecem influenciar a mudança na Coesão Militar, embora apenas de forma marginalmente significativa ($p < 0,1$). A partir da correlação entre cada uma destas covariáveis e a diminuição da Coesão Militar, é possível constatar que os indivíduos com níveis mais elevados de Ansiedade-Traço e de Autoestima Negativa no início da recruta contribuem mais para a redução dos níveis da Coesão Militar ($r_s = -0,19$, em ambas as covariáveis), enquanto a Autoestima Global parece exercer efeito contrário, sendo quem apresentou Autoestima Global mais elevada antes de iniciar a recruta, que vai contribuir menos para a redução dos níveis da Coesão Militar no final das seis semanas de formação ($r_s = +0,18$).

Discussão

Neste estudo, pretendemos compreender a evolução dos níveis de resiliência ao longo da recruta e a sua relação com variáveis psicológicas importantes no processo de treino militar. A recruta é considerada um treino que visa exercitar os militares para desempenharem funções sob condições estressantes que poderão eventualmente envolver risco de vida, adicionando, de forma metódica, elementos estressantes durante o tempo de formação, de modo a tornar os militares mais resistentes à adversidade, ou seja, de modo a torná-los mais resilientes do ponto de vista psicológico (Rodrigues, 2003). Neste sentido, a nossa primeira hipótese preconizava um aumento da resiliência após as seis semanas de recruta. Contrariamente ao esperado, a diferença entre os níveis médios de resiliência antes e depois da recruta foi praticamente nula, levando à clara rejeição da hipótese (H1). No entanto, a análise das respostas individuais revelou alterações significativas na resiliência observada entre os dois momentos de avaliação. Verificou-se que cerca de 15% dos recrutas aumentou significativamente os seus níveis de resiliência, enquanto cerca de 15% indicou uma diminuição da resiliência. Padrão semelhante de resultados foi encontrado por Sudom, Lee & Zamorski (2014) nas Forças Armadas Canadenses: a análise dos níveis de resiliência, desde a recruta até alguns anos após a incorporação na carreira militar, revelou que, embora em termos globais (média) a resiliência registre pouca mudança ao longo do tempo, existe forte variação individual, com alguns militares melhorando e outros deteriorando o seu nível de resiliência. Estes resultados apontam para a necessidade de analisar o processo de resiliência considerando o nível da variação intraindividual de fatores explicativos.

Em nossa amostra, foi constatado que os níveis de Ansiedade-Traço, Autoestima e Coesão Militar avaliados no início da recruta, apesar de se correlacionarem significativamente com os níveis

de resiliência observados nesse momento, não se associavam às alterações de resiliência observadas no final da recruta. Este resultado sugere que fatores internos como a predisposição para a ansiedade ou a autoestima, reportados pelos participantes no início da recruta, não permitem prever com fiabilidade as alterações individuais nos níveis de resiliência observadas ao longo deste processo de treino. No entanto, os níveis de Ansiedade-Traço, Autoestima e Coesão Militar reportados no final da recruta, associam-se significativamente às alterações registadas na resiliência. Deste modo, nos indivíduos em que se observou um aumento de resiliência, foram registados, igualmente, níveis elevados de Autoestima e da percepção da Coesão Militar; pelo contrário, os indivíduos em que se observou uma diminuição da resiliência reportaram maiores níveis de Ansiedade-Traço e de Autoestima negativa. A deteção deste padrão de associações estatisticamente significativas e teoricamente coerente, sugerem que as alterações na resiliência durante a recruta não foram fortuitas, mas refletem talvez mudanças psicológicas que afetam subtilmente a forma como os participantes avaliam a sua autoestima, a sua predisposição para dar respostas ansiosas perante situações adversas e a sua percepção da coesão grupal.

Assim, embora não se possa afirmar que o período de recruta analisado tenha tido um efeito sistemático e uniforme sobre o processo de resiliência, constata-se que, para alguns participantes, o confronto com este contexto específico de treino militar levou a um incremento dos níveis de resiliência, enquanto para outros levou a um retrocesso. A forma diferenciada como a recruta afetou diferentes indivíduos parece não depender das características de personalidade previamente avaliadas (ansiedade e autoestima no início do estudo), mas vai afetar a forma como o indivíduo se autoavalia no final da recruta.

A Coesão Militar foi a única variável que pareceu sofrer efeito sistemático significativo da recruta. No entanto, ao invés de aumentar com

o treino militar (como prevíamos na hipótese 2), diminuiu. Várias propostas podem ser avançadas para compreender este resultado. Em primeiro lugar, pode acontecer que os recrutas não tenham avaliado as situações de treino militar a que foram expostos como situações de risco. A coesão tende a aumentar se o indivíduo considerar que poderá obter melhores resultados face à adversidade em grupo do que sozinho (Griffith & Vaitkus, 1999). Se não avaliar a situação como adversa, o indivíduo não sentirá necessidade de se apoiar no grupo, logo a procura de uma coesão de grupo será reduzida. Seria interessante, em estudos posteriores, aprofundar esta hipótese de mediação, incluindo no desenho metodológico medidas de percepção de risco.

Uma segunda explicação para a diminuição da coesão é a existência na recruta de um ambiente de competitividade. Durante o curso, os recrutas são avaliados individualmente, sendo classificados num *ranking* com base nessa avaliação. Os recrutas mais bem posicionados serão os primeiros a indicar a sua preferência quanto ao local e à especialidade que querem seguir na fase seguinte da recruta. Esta situação pode levar a um maior sentimento de competitividade, que poderá diminuir a coesão do grupo militar. Seria interessante explorar também esta hipótese em estudos posteriores.

Uma análise mais detalhada da mudança na coesão revelou que os indivíduos que sentem menos coesão com o grupo no final da recruta são aqueles com Autoestima Negativa mais acentuada e maior predisposição para Ansiedade; os recrutas com Autoestima Global mais elevada reportam maior coesão. Estes resultados estão de acordo com Rutter (1985), que refere que a autoestima se desenvolve no sentido positivo, quando existem relações de amizade securizantes, e com Manning (1991), que defende que um grupo militar com elevado nível de Coesão Militar proporciona sentimentos de afeto e estima que satisfazem os requerimentos emocionais aos indivíduos que dele fazem parte. A Coesão Militar e a Autoestima apre-

sentam, aliás, uma correlação positiva moderada, tanto na pré-recruta ($r_s = 0,41$) como na pós-recruta ($r_s = 0,60$), indo estes valores no sentido das previsões descritas na literatura.

Não se formularam hipóteses quanto à evolução das outras duas variáveis – Autoestima e Ansiedade-Traço – ao longo do período de recruta. Os níveis de ansiedade-traço registrados na presente amostra são normativos, bastante próximos dos encontrados numa amostra de 183 militares portugueses (Silva & Campos, 1998) e ligeiramente inferiores aos de uma amostra de 517 adultos de ambos os sexos (Silva & Campos, 1998), indicando assim que, como seria o esperado, os participantes do estudo não mostravam predisposição atípica para a ansiedade. As diferenças observadas tanto na Ansiedade-Traço como na Autoestima entre o início e o fim da recruta, são reduzidas e não significativas, podendo tal resultado justificar-se por ser pouco esperado observar alterações marcadas em características de personalidade, em consequência de um período reduzido de treino.

Neste estudo esperávamos que a resiliência se correlacionasse positivamente com a Coesão Militar e com a Autoestima (Hipóteses 3 e 4), pois estas duas variáveis são consideradas fatores protetores, que irão diminuir a percepção que o indivíduo tem do risco e da adversidade, tornando-o, assim, mais resiliente face à situações adversas (Pesce et al., 2004; Rutter, 1990). Confirmou-se a Hipótese 4, pois foi encontrada uma correlação moderada entre Resiliência e Autoestima, no sentido em que recrutas mais resilientes mostram níveis de Autoestima Positiva e de Autoestima Global mais elevados. Relativamente à Hipótese 3, verificou-se que níveis mais elevados de resiliência se associam a uma percepção de coesão de grupo mais intensa; esta relação é de pequena magnitude no primeiro momento de avaliação ($r \approx .3$), mas torna-se mais forte no segundo momento ($r \approx .6$), reforçando a importância do convívio entre participantes, para que o impacto desta variável na resiliência se torne mais marcado.

Como previsto na Hipótese 5, encontrou-se uma relação negativa entre Resiliência e Ansiedade-Traço ($r \approx -.4$), sugerindo que este traço de personalidade é um fator de risco para o desenvolvimento da resiliência em contexto de formação militar inicial. Tal como previsto, as relações assinaladas intensificaram-se no segundo momento de avaliação.

Uma limitação deste estudo prende-se ao fato de ter sido solicitado aos intervenientes que indicassem seu número militar nos questionários, podendo esta quebra de anonimato haver levado a um enviesamento das respostas, não só por um sentimento de inclusão social (o que explicaria, por exemplo, os elevados resultados na escala de resiliência em ambos os momentos de recolha de dados), mas também pelo receio de que suas respostas pudessem ser identificadas e, de algum modo, viessem a prejudicá-los em sua avaliação futura. Seria vantajoso usar um outro modo de identificação dos questionários, que garantisse o anonimato e, deste modo, não afetasse a liberdade de resposta dos participantes.

Poderia ainda ser relevante alargar o estudo à várias forças de segurança, com diferentes graus de intensidade de treino de recruta (por exemplo, forças especiais, onde o treino é mais intenso). Esta abordagem permitiria perceber se o nível de resiliência dos recrutas era sensível à intensidade do treino e à percepção dos riscos pelos recrutas.

Conclusão

O nosso estudo é inconclusivo sobre o impacto do treino militar básico nos níveis de resiliência psicológica dos recrutas. Embora tenha sido evidenciado que a exposição programada a fatores de pressão a que foram sujeitos durante as seis semanas iniciais da recruta não tenha alterado de forma sistemática e estatisticamente fiável o nível global de resiliência, observaram-se, ainda assim, mudanças marcadas nos níveis de resiliência de alguns instruídos (tanto no sentido do incremento

como no sentido da diminuição resiliência ao longo da recruta). A forma diferenciada como a recruta afetou a resiliência de diferentes indivíduos parece não depender das suas características de personalidade (ansiedade e autoestima), mas vai afetar a forma como esses indivíduos se autoavaliam no final da recruta.

Não foram também detectadas alterações significativas globais nas diferentes variáveis estudadas ao longo da recruta, exceto para a Coesão Militar que, ao contrário do esperado, sofreu um decréscimo de magnitude moderada. A redução da coesão com a recruta pode dever-se à baixa percepção de risco, que não fomenta a procura do apoio do grupo; ou à existência de um eventual sentimento de competitividade entre recrutas, pois os seus resultados determinam a possibilidade de escolha preferencial sobre a unidade e a especialidade na fase seguinte da vida militar. Esta mudança na percepção da coesão do grupo é influenciada pela autoestima do participante: quanto mais positiva for a autoestima anterior à recruta, mais tende a aumentar o sentimento de coesão do grupo no final. A ansiedade-traço revela também um efeito negativo sobre as alterações na coesão.

A resiliência, a coesão de grupo militar e a autoestima encontram-se relacionadas, sendo relevante explorar em estudos posteriores, os mecanismos de influência entre estas variáveis. Estudos posteriores nesta área deverão (1) comparar grupos de participantes sujeitos à recruta e grupos de participantes não envolvidos nesse processo de treino; (2) incluir medidas de percepção de competitividade e de percepção de risco, como possíveis mediadores dos efeitos em estudo; e (3) seguir um procedimento de identificação dos questionários que não deixe quaisquer dúvidas ao participante de que suas respostas são de fato anônimas e confidenciais. Sugere-se ainda a comparação entre grupos com diferentes intensidades de treino de recruta, de forma a avaliar se os processos de resiliência dos participantes são sensíveis a variações na intensidade do treino.

Como contribuições, este estudo permitiu evidenciar a existência de relações entre a coesão de grupo militar, a autoestima e a resiliência. O entendimento destas relações pode auxiliar na preparação de militares e, eventualmente, planear o treino da resiliência como uma ferramenta que os auxiliará em missões posteriores.

Referências

- Ahronson, A., & Cameron, J. (2007). The nature and consequences of group cohesion in a military sample. *Military Psychology, 19*(1), 9-25. doi: 10.1080/08995600701323277
- Amirkhan J. H., & Greaves, H. (2003). Sense of coherence and stress: The mechanisms of a healthy disposition. *Psychology & Health, 18*(1), 31-40. doi: 10.1080/0887044021000044233
- Anaut, M. (2005). *A resiliência, ultrapassar os traumas*. Lisboa: Climepsi Editores.
- Antonovsky, A. (1998). The sense of coherence: An historical and future perspective. In H. McCubbin, E. A. Thompson, A. Thompson, & J. E. Fromer (eds.), *Stress coping and health in families* (pp. 3-19). Madison: University of Wisconsin Press.
- Bonanno, G. A. (2004). Loss, trauma, and human resilience: Have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events? *American Psychologist, 59*, 20-28. doi: 10.1037/0003-066X.59.1.20
- Branden, N. (1988). *How to raise your self-esteem*. New York: Bantam Books.
- Buckley, T. C., Blanchard, E. B., & Hickling, E.J. (1996). A prospective examination of delayed onset PTSD secondary to motor vehicle accidents. *Journal of Abnormal Psychology, 105*(4), 617-625. doi: 10.1037/0021-843X.105.4.617
- Casey, G. W. (2011). Comprehensive Soldier Fitness. A Vision for Psychological Resilience in the U.S. Army. *American Psychologist, 66*(1), 1-3. doi: 10.1037/a0021930

- Cyrułnik, B. (2005). Le tissage de la résilience au cours des relations précoces. In Fondation pour l'Enfance (Org.). *La résilience : le réalisme de l'espérance* (pp. 25-44). Ramonville Saint-Agne: Érès.
- Dolan, C. A., & Adler, A. B. (2006). Military hardiness as a buffer of psychological health on return from deployment. *Military Medicine*, *171*, 93-98. doi: 10.7205/MILMED.171.2.93
- Fletcher, D., & Sarkar, M. (2013). Psychological Resilience: A Review and Critique of Definitions, Concepts, and Theory. *European Psychologist*, *18*(1), 12-23. doi: 10.1027/1016-9040/a000124
- George, K., & Clarke, J. (2013). Why doesn't adversity make everyone stronger? Mediators of the relationship between trait emotion and resilience. *Psychology Research*, *3*(3), 290-301.
- Girtler, N., Casari, E., Brugnolo, A., Cutolo, M., Dessi, B., Guasco, S., Olmi, C. & De Carli, F. (2010). Italian validation of the Wagnild and Young Resilience Scale: a perspective to rheumatic diseases. *Clinical and Experimental Rheumatology*, *28*(5), 669-678.
- Griffith, J. (1988). The measurement of group cohesion in U.S. Army Units. *Basic and Applied Social Psychology*, *9*, 149-171. doi: 10.1207/s15324834bas0902_6
- Griffith, J., & Vaitkus, M. (1999). Relating cohesion to stress, strain, disintegration, and performance: An organizing framework. *Military Psychology*, *11*(1), 27-55.
- Griffith, J., & West, C. (2013). Master resilience training and its relationship to individual well-being and stress buffering among Army National Guard Soldiers. *Journal of Behavioral Health Services & Research*, *40*(2), 140-155.
- Horikawa, M., & Yagi, A. (2012). The relationships among trait anxiety, state anxiety and the goal performance of penalty shoot-out by University soccer players. *PLoS ONE*, *7*(4), e35727.
- Howell, D. C. (2013). *Statistical methods for psychology* (8th ed.). Belmont, CA: Wadsworth Cengage Learning.
- Jacobson, N., & Truax, P. (1991). Clinical significance: A statistical approach to defining meaningful change in psychotherapy research. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, *59*(1), 12-19.
- Lambert, C. E. Jr., & Lambert, V. A. (1999). Psychological hardiness: state of the science. *Holistic Nursing Practice*, *13*(3), 11-19.
- Lee, J. E. C., Sudom, K. A., & McCreary, D. R. (2011). Higher-order model of resilience in the Canadian Forces. *Canadian Journal of Behavioural Science*, *43*(3), 222-234. doi: 10.1037/a0024473
- Losoi, H., Turunen, S., Wäljas, M., Helminen, M., Öhman, J., Julkunen, J., & Rosti-Otajärvi, E. (2013). Psychometric Properties of the Finnish Version of the Resilience Scale and its Short Version. *Psychology, Community & Health*, *2*(1), 1-10. doi:10.5964/pch.v2i1.40
- Lundman, B., Strandberg, G., Eisemann, M., Gustafson, Y., & Brulin, C. (2007). Psychometric properties of the Swedish version of the Resilience Scale. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, *21*(2), 229-237. doi: 10.1111/j.1471-6712.2007.00461.x
- Luthar, S. S., Cicchetti, D., & Becker, B. (2000). The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development*, *71*, 543-562. doi: 10.1111/1467-8624.00164
- Manciaux, M. (2001). La résilience. Un regard qui fait vivre. *Études*, *395*, 321-330.
- Manning, F. (1991). Morale, cohesion and esprit de corps. In R. Gal, A. Magelsdorff & D. L. Dolgin (Eds.), *Handbook of military psychology* (pp. 453-470). Sussex: John Wiley & Sons.
- MacCoun, R. J., & Hix, W. (2010). Unit Cohesion and Military Performance. In National Defence Research Institute (Eds.), *Sexual Orientation and U.S. Military Personnel Policy: An Update of RAND's 1993 Study* (Chapter 5, pp. 13-15). Santa Mónica, Ca: RAND Corporation Monograph.
- Masten, A. S., & Reed, M. J. (2002). Resilience in development. In C. R. Snyder & S. J. Lopez

- (Eds.), *Handbook of Positive Psychology* (pp. 74-87). Oxford: Oxford University Press.
- Meijer, J. (2001). Stress in the relation between trait and state anxiety. *Psychological Reports*, 88, 947-964.
- Nunes, O. Tap, P., & Hipólito, J. (s.d.). *Escala da Estima de Si, S.E.R.T.H.U.A.L.* Manual. (Manuscrito não publicado).
- Pesce, R., Assis, S., Santos, N., & Oliveira, R. (2004). Risco e protecção: Em busca de um equilíbrio promotor de resiliência. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 20(2), 135-143.
- Pesce, R., Assis, S., Avanci, J. Q., Santos, N. C., Ma-laquias, J. V., & Carvalhaes, R. (2005). Adaptação transcultural, confiabilidade, e validade da escala da resiliência. *Cadernos de Saúde Pública*, 21, 436-448.
- Pflanz, S., & Sonnek, S. (2002). Work stress in the military: prevalence, causes, and relationship to emotional health. *Military Medicine*, 167(11), 877-882.
- Rodrigues, J. (2003). Resiliência em forças armadas de Operações Especiais: Projecto de Investigação. *Revista de Psicologia Militar*, 14, 13-28.
- Rodrigues, J. (2005). *Resiliência em contexto de instrução militar*. (Tese de Mestrado, Universidade de Lisboa, Lisboa, Portugal).
- Roth, D. L., Wiebe, D. J., Fillingim, R. B., & Shay, K. A. (1989). Live events, fitness, hardiness, and health: a simultaneous analysis of proposed stress-resistance effects. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 136-142.
- Rutter, M. (1985) Resilience in the face of adversity: protective factors and resistance to psychiatric disorder. *British Journal of Psychiatry*, 147, 598-611.
- Rutter, M. (1990). Psychosocial resilience and protective mechanisms. In J. Rolf, A. S. Masten, D. Chichetti, K. H. Nuechterlin & S. Weintraub (Eds.), *Risk and protective factors in the development of psychopathology* (pp. 181-214). New York: Cambridge University Press.
- Rutter, M. (2000). Resilience reconsidered: Conceptual considerations. In J. P. Shonkoff & S. J. Meisels (Eds.), *Handbook of early childhood intervention* (pp. 651-682). Cambridge: Cambridge University Press.
- Rutter, M. (2012). Resilience as a dynamic concept. *Development and Psychopathology*, 24, 335-344.
- Sales, C. M. D., Moreira, J., & Saraiva, A. (2-5 de julho de 2009). *Translation of the Resilience Scale into Portuguese (Version 2) and initial data on its use Portugal*. Comunicação apresentada no XVI Congress of the European Association for Psychotherapy - Meanings of Happiness and Psychotherapy, Lisboa.
- Siebold, G. (2007). The Essence of Military Group Cohesion. *Armed Forces and Society*, 33(2), 286-295.
- Silva, D., & Campos, R. (1998) Alguns dados normativos do Inventário de Estado-Traço de Ansiedade - Forma Y (STAI-Y), de Spielberger, para a População Portuguesa. *Revista Portuguesa de Psicologia*, 33(2), 71-89.
- Silva, D. (2003). O Inventário de Estado-traço de Ansiedade (S.T.A.I.). In M. Gonçalves, M. Simões, L. Almeida & C. Machado (Eds.). *Avaliação Psicológica, Instrumentos Validados para a População Portuguesa, Vol 1*. (pp. 45-63). Coimbra: Quarteto Editora.
- Skomorovsky, A., & Stevens, S. (2013). Testing a resilience model among Canadian Forces recruits. *Military Medicine*, 178(8), 829-837.
- Solomon, Z., Mikulinan, M., & Hobfoll, S. E. (1986). Effects of social and battle intensity on loneliness and breakdown during combat. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 1269-1276.
- Solomon Z., Mikulincer, M., & Avitzur, E. (1988). Coping, locus of control, social support, and combat-related posttraumatic stress disorder: a prospective study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 55, 279-285.

- Spielberger, C. D., Gorsuch, R. L., Lushene, R., Vagg, P. R., & Jacobs, G. A. (1983). *Manual for the State-Trait Anxiety Inventory*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
- Sudom, K.A., Lee, J.E., & Zamorski, M.A. (2014). A longitudinal pilot study of resilience in Canadian military personnel. *Stress Health, 30*(5), 377-385.
- Sutker, P.B., Davis, J.M., Uddo, M., Ditta, S.R. (1995) War zone stress, personal resources, and PTSD in Persian Gulf War returnees. *Journal of Abnormal Psychology, 104*, 444-452.
- Van Breukelen, G. J. P., & Van Dijk, K. R. A. (2007). Letter to the Editor: Use of covariates in randomized controlled trials. *Journal of the International Neuropsychological Society, 13*(5), 903-904.
- Vara, M., & Sani, A. I. (2006). Escala de Resiliência de Wagnild & Young (1993): estudo preliminar de validação. In C. Machado, L. Almeida, M.A. Guisande, M. Gonçalves, V. Ramalho (Coords.), *XI Conferência Internacional de Avaliação Psicológica: Formas e Contextos. Actas* (pp. 333-340). Braga: Psiquilíbrios Edições.
- Vilhena, C. (2005). *Resiliência em contexto militar*. (Tese de Mestrado, Universidade do Porto, Porto, Portugal).
- Wagnild, G., & Young, H. (1993). *Development and psychometric evaluation of the Resilience Scale. Journal of Nursing Measurement, 1*(2), 165-178.
- Wagnild, G. (2009). A review of the Resilience Scale. *Journal of Nursing Measurement, 17*(2), 105-113. doi: 10.1891/1061-3749.17.2.105
- Windle, G. (2011). What is resilience? A review and concept analysis. *Reviews in Clinical Gerontology, 21*(2), 151-169.
- Yunes, M. A. M., & Szymanski, H. (2001). Resiliência: noção, conceitos afins e considerações críticas. In J. Tavares (Ed.). *Resiliência e Educação* (pp. 13-42). São Paulo: Cortez.
- Zimmerman, M. A., Salem, D. A., & Notaro, P.C. (2000). Make room for daddy II: The positive effects of fathers' role in adolescent development. In R. D. Taylor & M. C. Wang (Eds.), *Resilience across contexts: Family, work, culture, and community* (pp. 233-253). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, Inc.

Recebido: fevereiro 6, 2015
Aprovado: dezembro 9, 2016

