

<http://dx.doi.org/10.48099/1982-2537/2021v15n1p159175>

Resiliência: seleção de escalas numa abordagem de causa e efeito*

Resilience: selection of scales in a cause and effect approach

Michele Maria Silva Franco

UNIFACCAMP Centro Universitário Campo Limpo Paulista
michellysfranco@hotmail.com

Samuel Ferreira Jr

UNIFACCAMP Centro Universitário Campo Limpo Paulista
samuel.f@terra.com.br

Cida Sanches

UNIFACCAMP Centro Universitário Campo Limpo Paulista
cidasanches@uol.com.br

RESUMO

Este trabalho teve como objetivo geral investigar as relações de causa e efeito dos fatores de principais escalas para medir resiliência de adultos com o objetivo ulterior de validar duas escalas, uma composta dos fatores causais e outra composta dos efeitos para testar a hipótese de que a escala constituída apenas por fatores causais tem uma confiabilidade maior (alfa de Cronbach). Os objetivos específicos definidos para o presente trabalho foram: pesquisar escalas Likerts para adultos e selecionar três das principais (mais referenciados) escalas sobre resiliência e classificar os fatores em causais ou fatores efeitos apontando a importância da utilização do software Determinante Causal (DC) e sua eficácia. Os resultados foram alcançados com a estratificação de fatores causais e de efeito cabendo destacar que o fator “Foco” foi apontado como causa-raiz da resiliência o que parece afirmar que “manter um forte propósito ou visão que serve tanto como fonte de significado quanto como sistema de orientação para restabelecer perspectivas após uma quebra significativa nas expectativas”

Palavras-chave: Resiliência; Causa e efeito; Determinante Causal; Resiliência de micrompreendedores

ABSTRACT

This work aimed to investigate the cause-and-effect relationships of the main scale factors to measure adult resilience with the further aim of validating two scales, one composed of causal factors and another composed of effects, to test the hypothesis that the scale consisting only of causal factors has a higher reliability (Cronbach's alpha). The specific objectives defined for the present work were: to search Likerts scales for adults and select three of the main (most referenced) scales on resilience and classify the factors into causal or effect factors pointing out the importance of using the Causal Determinant (DC) software and its efficiency. The results were achieved with the stratification of causal and effect factors, it is worth noting that the "Focus" factor was appointed as the root cause of resilience, which seems to state that "maintaining a strong purpose or vision that serves both as a source of meaning and as a guidance system to restore perspectives after a significant break in expectations”

* Recebido em 14 de Junho de 2021, aprovado em 15 de junho de 2021, publicado em 22 de Junho de 2021.

Keywords: Resilience; Cause and effect; Causal Determinant; Resilience of micro entrepreneurs

1. INTRODUÇÃO

Este estudo tem origem a partir do momento em que os autores buscavam na literatura uma escala para medir a resiliência de adultos microempreendedores: constatou-se nas escalas selecionadas que havia uma mistura de fatores causais e de efeitos sugerindo a pauta de investigar qual questionário seria mais efetivo para medir a resiliência. A palavra resiliência remonta ao século XVII. Com etimologia originária do latim *resiliens*, particípio do presente de *resilire* "movimento de recuo, retratação" + *salire* "saltar, transpor"; ou a "tendência a se recuperar" (HARPER, 2014). O conceito resiliência teve sua origem nas Ciências.

Os estudiosos das áreas da física utilizavam tal conceito para designar a capacidade de um material sofrer uma ação externa de energia (calor, tensão, compressão, umidade) podendo chegar a apresentar deformação. O material resiliente, todavia, ainda que se deformasse, após a retirada do agente externo, retornava ao seu estado anterior, sem demonstrar nenhuma alteração, uma vez que seu potencial máximo de resiliência (elasticidade, plasticidade) não havia sido ultrapassado (KNORST, 2012). Na psicologia, a resiliência descreve a habilidade de um indivíduo (ou grupo de indivíduos), mesmo em ambiente desfavorável, de construir ou reconstruir a si próprio lidando com adversidades (BARLACH et al., 2008).

Resiliência é um conceito amplo que caracteriza uma combinação de fatores que propiciam ao ser humano condições para enfrentar e superar problemas e obstáculos ou resistir à pressão de situações adversas - choque, estresse etc. - sem entrar em surto psicológico. A Associação Americana de Psicologia (APA, 2002) define resiliência como o processo de se adaptar com sucesso diante de adversidade, trauma, tragédia, ameaças ou fontes de estresse significativas – tais como problemas familiares ou de relacionamento ou estressores financeiros e de trabalho.

Muitos autores têm estudado a resiliência no comportamento humano e suas influências. Podemos citar: WAGNILD (1993); CONNER (1995), BARUTH (2002); FRIBORG (2003); CONNOR (2003); SINCLAIR (2004); TAKVIRIYANUN (2008);

Este trabalho inicial teve como objetivo geral investigar as relações de causa e efeito dos fatores das principais escalas para medir resiliência de adultos com o objetivo de, em trabalho complementar, validar duas escalas, uma composta dos fatores causais e outra composta dos efeitos para testar a hipótese de que a escala constituída apenas por fatores causais tem uma confiabilidade maior (alfa de Cronbach).

Os objetivos específicos definidos para esta primeira etapa do trabalho foram: pesquisar escalas Likerts para adultos e selecionar três das principais (mais referenciados) escalas sobre resiliência e classificar os fatores em causais ou fatores efeitos. Destaca-se aqui a importância da utilização do software Determinante Causal (DC) e sua eficácia.

1.1. Problematização

A pesquisa empírica sobre a resiliência tem florescido nos últimos anos, como os trabalhos de Connor & Davidson (2003), Serrão, Castro, Teixeira, Rodrigues, & Duarte, (2021), Giurcă, Baban, Pinteá & Macavei (2021) e Tourunen, Siltanen, Saajanaho, Koivunen, Kokko, & Rantanen (2021), mas ainda há escassez de estudos sobre causas e consequências da resiliência. Este estudo visa contribuir para preencher essa lacuna da literatura, sobre causa e efeito da resiliência em adultos microempreendedores.

A psicologia tem utilizado o conceito das ciências físicas sobre resiliência – capacidade de um material sofrer uma ação externa de energia podendo sofrer deformação e retornar ao

seu estado anterior original – para indicar que tanto quanto alguns materiais físicos, pessoas resilientes teriam a capacidade de resistir a condições adversas, sem sucumbir a diferentes tipos de problemas de saúde.

O problema geral de pesquisa foi definido como: Questionários de resiliência apenas com fatores causais possuem confiabilidade maior (medida pelo Alfa de Cronbach) do que questionários apenas com fatores efeitos? Entretanto neste trabalho apenas se investiga parte inicial referente ao problema geral que pode ser assim definida: Quais fatores dos questionários selecionados para análise possuem natureza causal e quais possuem natureza efeito?

2. REVISÃO DA LITERATURA

2.1. Resiliência

A palavra resiliência remonta ao século XVII. Com etimologia originária do latim *resiliens*, particípio do presente de *resilire* "movimento de recuo, retratação" + *salire* "saltar, transpor"; ou a "tendência a se recuperar" (HARPER, 2014). O conceito resiliência teve sua origem nas Ciências

Os estudiosos das áreas da física utilizavam tal conceito para designar a capacidade de um material sofrer uma ação externa de energia (calor, tensão, compressão, umidade) podendo chegar a apresentar deformação. O material resiliente, todavia, ainda que se deformasse, após a retirada do agente externo, retornava ao seu estado anterior, sem demonstrar nenhuma alteração, uma vez que seu potencial máximo de resiliência (elasticidade, plasticidade) não havia sido ultrapassado (KNORST, 2012). Na psicologia, a resiliência descreve a habilidade de um indivíduo (ou grupo de indivíduos), mesmo em ambiente desfavorável, de construir ou reconstruir a si próprio lidando com adversidades (BARLACH et al., 2008).

Resiliência é um conceito amplo que caracteriza uma combinação de fatores que propiciam ao ser humano condições para enfrentar e superar problemas e obstáculos ou resistir à pressão de situações adversas - choque, estresse etc. - sem entrar em surto psicológico. A Associação Americana de Psicologia (APA, 2002) define resiliência como o processo de se adaptar com sucesso diante de adversidade, trauma, tragédia, ameaças ou fontes de estresse significativas – tais como problemas familiares ou de relacionamento ou estressores financeiros e de trabalho.

Muitos autores têm estudado a resiliência no comportamento humano e suas influências. Podemos citar: WAGNILD (1993); CONNER (1995), BARUTH (2002); FRIBORG (2003); CONNOR (2003); SINCLAIR (2004); TAKVIRIYANUN (2008). Percebeu-se que os fatores preditivos de resiliência parecem mudar muito de situação para situação, de acordo com as características dos sujeitos e dos sistemas/contextos em que estão inseridos, assim como do tipo de adversidade vivenciada (RUTTER, 1985; 2013).

Alguns estudos empíricos tendem a apontar fatores de resiliência que são específicos para processos em que uma determinada adversidade está presente. Por exemplo, a autoeficácia apareceu associada à resiliência em casos de lesão traumática; a existência de poucos afetos negativos e muitos positivos foi fator de resiliência para casos de múltiplos traumas físicos e também para lesão da medula espinhal; enquanto o autoaprimoramento foi o traço que se evidenciou em estudo com sobreviventes que tiveram alta exposição aos ataques terroristas de 11 de setembro (BONANNO & DIMINICH, 2013).

Com as diferenças e interferências das situações que indivíduos estão inseridos, a lista de fatores de resiliência, por ser vasta e variável, permanece um desafio no campo de pesquisa. Apesar de não ser possível dizer com precisão quais fatores sempre levariam à resiliência, um corpo crescente de dados de estudos indica alguns elementos que são frequentemente apontados como tendo relação a ela, como *locus* de controle interno, suporte

social, autoestima, inteligência, baixos afetos negativos e altos afetos positivos, habilidades de autorregulação, autoeficácia, práticas e crenças religiosas, sentido na vida, hardiness ou robustez, relações de apego, fé e esperança (BONANNO, 2004; CORTEZ, 2014; MASTEN, 2007).

Para este estudo selecionou-se de um rol de escalas para medir resiliência, três escalas para utilização, sendo elas de CONNER (1995); CONNOR; DAVIDSON (2003) e FRIBORG et al.(2003).

2.2. Escala Likert

Desde a publicação de sua obra, a escala formulada por Likert tem se tornado popular. As razões para isto incluem o tipo de psicometria utilizada na investigação, a dificuldade de generalizações com o uso de grande número de opções de marcação e a natureza complexa de escalas alternativas (CUMMINS; GULLONE, 2000). O trabalho de Likert (1932) deixava claro que sua escala se centrava na utilização de cinco pontos, e não mencionava o uso de categorias de respostas alternativas na escala a ser utilizada. Embora o uso de escalas com outro número de itens, diferente de cinco, represente uma escala de classificação, quando esta não contiver cinco opções de resposta, não se configura uma escala Likert, mas sim do “tipo Likert”. No entanto, como Clason e Dormody (1994) ressaltam, muitos estudos têm usado diversas opções, paralelas à escala tradicional de cinco pontos, obtendo resultados satisfatórios. Neste caso, a escala se configura como do tipo Likert.

A escolha da escala Likert tem como justificativa sua estrutura, pois, como a mesma expõe opções de resposta ao entrevistado, acaba por facilitar a forma de resposta e tornar as perguntas mais claras, que pode vir a viabilizar o aumento do índice de retorno do instrumento de coleta. (DALMORO; KELMARA, 2013).

Likert recomendava uma escala de 5 postos, mas nas diversas bibliografias utiliza-se escalas de 3, 4, 7 ou 11 postos, alegando a falta de poder discriminatório de cada sujeito, quando a escala tem muitas possibilidades de resposta, ou inversamente, alegando que apenas com muitos pontos a escala se assemelha ao continuum da nossa opinião, ou traduzindo os resultados de diversas experiências que demonstram que há tendência para se responder na classe central, devendo por isso evitá-la (DALMORO; KELMARA, 2013).

2.3. Alfa de Cronbach

O objetivo dos testes de confiabilidade é simples: medir quanto o indivíduo é consistente em suas respostas; entretanto, tal mensuração sempre exigiu dupla coleta de dados, quais sejam em momentos distintos ou duplicando as escalas no mesmo questionário. (LUCIAN, 2017)

O coeficiente alfa de Cronbach, descrito por Lee J. Cronbach (CRONBACH, 1951), é uma das ferramentas estatísticas mais difundidas e importantes em pesquisas que envolvem a construção de testes e sua aplicação. De acordo com Gaspar, (2016), afirmou que o coeficiente alfa de Cronbach provou-se útil por pelo menos três razões:

- 1.O coeficiente alfa de Cronbach fornece uma medida razoável de confiabilidade em um único teste. Dessa forma, não são necessárias repetições ou aplicações paralelas de um teste para a estimativa da consistência do mesmo.
- 2.A fórmula geral do coeficiente alfa de Cronbach permite sua aplicação a questionários de múltipla-escolha de escalas dicotômicas ou escalas atitudinais de variáveis categóricas politômicas.
- 3.O coeficiente alfa de Cronbach pode ser facilmente calculado por princípios estatísticos básicos.

Conforme Gonçalves e Meirelles (2004, p. 134), a confiabilidade, “é uma propriedade importante no instrumento de medida de valores dos atributos de um objeto de um fenômeno. Esta propriedade é afetada por erro aleatório de medida”. A confiabilidade, continua os autores, é a propriedade de uma determinada técnica que, ao ser aplicada repetidamente a um mesmo objeto, produz, a cada vez, os mesmos resultados. Está, portanto, mais associada à precisão da medida.

Uma forma de medir a confiabilidade, afirma Gonçalves e Meirelles (2004), é utilizar o coeficiente α - Alfa de Cronbach, que é um indicador que estima a confiabilidade das medidas que explicam o constructo.

3. MÉTODO

Tipo de pesquisa: Quali-quantitativa

População e amostra: Fatores sobre escala Likert de resiliência para adultos

Amostra: Fatores das três escalas Likerts selecionadas

Análise de dados: Emach para determinar se o fator é causal ou efeito

Termos Operacionais:

Fatores causais: Fatores com Emach negativo calculado pela técnica DC.

Fatores-Efeito: Fatores com Emach positivo

3.1. Operacionalização da Pesquisa

A operacionalização da pesquisa considera as seguintes etapas:

Etapa 1: seleção, partindo de um rol de escalas para medir resiliência de adultos, aplicável a microempreendedores, de três escalas para utilização, sendo elas:

- ✓ A escala de Conner (CONNER, 1995), a mais reproduzível, contemplando os seguintes fatores: a) positividade; b) foco; c) flexibilidade; d) organização; e) pró-ração.
- ✓ A Connor-Davidson Resilience Scale, ou CD-RISC (CONNOR; DAVIDSON, 2003) é um instrumento que teve sua origem a partir de um programa norte-americano de pesquisa sobre transtorno de estresse pós-traumático. Seu objetivo original, portanto, era a avaliação de traumas (YU, ZHANG, 2007; REPPOLD et al., 2012). Trata-se de um instrumento formado por 25 itens autorrespondidos. Cada item é pontuado em uma escala ordinal de 5 postos, que quantifica a resiliência no contexto da exposição ao trauma. Os itens engendram 5 fatores: a) competência pessoal; b) confiança nos próprios instintos; c) tolerância à adversidade; d) aceitação positiva de mudanças; e) controle. Esta medida apresentou boas propriedades psicométricas (confiabilidade e indicadores de validade de conteúdo) e distinguiu indivíduos com resiliência elevada e baixa (CONNOR, DAVIDSON, 2003; REPPOLD et al., 2012).
- ✓ Resilience Scale for Adults (RSA) que busca mensurar recursos protetivos que promovem a resiliência em adultos. A escala foi validada e comparada com medidas de personalidade, capacidades cognitivas e inteligência social, com base em uma amostra de 482 candidatos ao colégio militar (FRIBORG et al., 2003). A RSA contém 37 perguntas (com sentidos positivos e negativos) em escala ordinal de cinco postos ($\alpha=0,80$) e revela cinco fatores: a) competência pessoal; b) competência social; c) coerência da família; d) suporte social; e) estrutura pessoal. (FRIBORG et al., 2003).

Etapa 2: Listagem completa de todos os fatores presentes em cada escala de Resiliência selecionada;

Etapa 3: Discriminar os fatores em causais ou de efeito, por meio do software Determinant Causal (SANCHES, et al., 2015); e

Etapa 4: Constituir duas escalas de resiliência, uma com os fatores causais e outra com os fatores efeito selecionados na etapa anterior.

Uma vez tendo estas escalas definidas, aplicar-se-ão a uma mesma amostra de sujeitos microempreendedores em espaços temporais distintos para testar a hipótese de que: questionários de resiliência apenas com fatores causais possuem confiabilidade maior (medida pelo Alfa de Cronbach) do que questionários apenas com fatores efeitos. O teste desta hipótese será relatado em trabalho próximo.

3.2 Conceitos associados aos fatores:

Os principais conceitos associados aos fatores são os seguintes:

- a) **Competência pessoal:** Confiança nas próprias capacidades, autoeficácia e visão positiva e realista acerca de si mesmo. Quando algo imprevisto acontece geralmente encontro uma solução. Os meus problemas pessoais eu sei como solucioná-los. Sinto que o futuro é promissor. Quando vou fazer algo prefiro ter um plano. Acredito firmemente nos meus julgamentos e decisões. A crença em mim me ajuda em períodos difíceis. Regras e rotinas fixas facilitam o meu dia a dia. Em adversidades eu tenho tendência a ver as coisas de um modo bom para que eu possa crescer. Quando preciso tenho sempre alguém que pode me ajudar (CONNOR-DAVIDSON, 2003; FRIBORG, 2005).
- b) **Confiança nos próprios instintos:** Quando enfrento problemas, tento ver o lado cômico deles. Encarar as dificuldades pode me fortalecer. Sob pressão, fico focado e penso com clareza. Eu prefiro tentar resolver as coisas sozinho, deixar os outros decidirem por mim. Se necessário, posso tomar decisões difíceis que podem afetar outras pessoas. Sou capaz de lidar com sentimentos desagradáveis / dolorosos: por exemplo, tristeza, medo e raiva. Ao lidar com problemas, você às vezes precisa agir intuitivamente (sem saber o porquê). (CONNOR-DAVIDSON, 2003).
- c) **Tolerância à adversidade:** Posso me adaptar quando ocorrem mudanças. Tenho pelo menos um relacionamento íntimo e seguro que me ajuda quando estou estressado. Posso enfrentar qualquer coisa. Os sucessos do passado me dão confiança para enfrentar novos desafios e dificuldades. Tenho tendência a recuperar logo após doenças, lesões ou outras dificuldades (CONNOR-DAVIDSON, 2003).
- d) **Aceitação positiva de mudanças:** Acredito que posso alcançar meus objetivos, mesmo que existam obstáculos. Trabalho para alcançar meus objetivos, independentemente das dificuldades na estrada (CONNOR-DAVIDSON, 2003).
- e) **Controle:** Durante os períodos de estresse / crise, sei onde posso procurar ajuda. Tenho um forte senso de propósito na vida. Me sinto no controle da minha vida (CONNOR-DAVIDSON, 2003).
- f) **Espiritualidade:** Quando não há soluções claras para os meus problemas, às vezes a sorte / Deus pode me ajudar. Bom ou ruim, acho que a maioria das coisas acontece por algum motivo. (CONNOR-DAVIDSON, 2003).
- g) **Competência social:** Habilidade em iniciar contatos verbais e ser flexível em interações sociais, criar amizades e sentir-se à vontade em ambientes sociais, bem como à presença ou ausência de um estilo de interação social. Assuntos pessoais eu posso discutir com amigos e familiares. Poder ser flexível em relações sociais: é algo que é importante para mim. Tenho facilidade em contato com novas pessoas. Quando estou na presença de outras pessoas tenho facilidade em rir. Em relação a outras pessoas, na nossa família nós nos somos leais. Acho fácil iniciar uma conversa interessante (FRIBORG et al., 2003).
- a) **Coerência da família:** Qualidade da relação em família, em termos de comunhão de valores e visão de futuro, de união, lealdade e simpatia mútua. Comunhão de valores e visão de futuro, união, lealdade e simpatia mútua entre os familiares. Na família nós gostamos de fazer coisas em conjunto. Em momentos difíceis a família mantém uma

visão positiva do futuro. A família caracteriza-se por uma boa união (FRIBORG et al., 2003).

- b) **Suporte social:** Suporte social oferecido por pessoas que não fazem parte do núcleo familiar (amigos ou colegas de trabalho, por exemplo), e que propicia o sentimento de coesão, a simpatia, o encorajamento e a ajuda em situações difíceis. Facilidade de se vincular a novas amizades. A solidariedade entre amigos é boa. Os amigos/familiares próximos valorizam as minhas qualidades. Tem apoio de amigos e familiares (FRIBORG et al., 2003).
- c) **Estrutura pessoal:** Capacidade de organização do próprio tempo, estabelecimento de objetivos e prazos e orientação pessoal para a manutenção de regras e rotinas na vida diária. Os planos para o futuro são concretizáveis. Funciono melhor quando eu tenho um objetivo a alcançar; vivo um dia de cada vez. Os meus objetivos eu sei como atingi-los. Tenho facilidade para organizar o meu tempo. Os meus objetivos para o futuro são bem pensados. (FRIBORG et al., 2003).
- d) **Positividade:** Interpreta o mundo como cheio de facetas e dinâmico. Espera que o futuro seja cheio de variáveis em constante modificação. Encara as quebras nas expectativas como um resultado natural de um mundo em transformação. Passa o tempo entendendo muitos paradoxos. Também encara grandes mudanças como desconfortáveis, mas que sempre apresentam oportunidades. Acredita que geralmente há lições a serem aprendidas com os desafios. Vê a vida, geralmente, como recompensadora (CONNER, 1995).
- e) **Foco:** Mantém um forte propósito ou visão que serve tanto como fonte de significado quanto como sistema de orientação para restabelecer perspectivas após uma quebra significativa nas expectativas (CONNER, 1995).
- f) **Flexibilidade:** Acredita que a mudança seja um processo gerenciável. Tem uma alta tolerância à ambiguidade. Precisa de pouco tempo para se recuperar após adversidade ou desapontamento. Reconhece suas próprias forças e fraquezas e sabe quando aceitar limites internos ou externos. Confia no apoio de relacionamentos pessoais. Demonstra paciência, compreensão e humor quando lida com mudanças (CONNER, 1995).
- g) **Organização:** Identifica temas fundamentais embutidos em situações confusas. Consolida o que aparentam ser vários projetos de mudanças, não relacionados entre si, em um único esforço com um tema central. Determina e renegocia prioridades durante uma mudança. Gerencia muitas tarefas e exigências simultâneas com sucesso. Talentoso em compartimentar tarefas e pressões para que o estresse de uma área não afete outros projetos ou aspectos da vida. Reconhece quando deve pedir ajuda aos outros. Só induz ação depois de um planejamento cuidadoso (CONNER, 1995).
- h) **Pró-ação:** Determina quando uma mudança é inevitável, necessária ou vantajosa. Reestrutura situações em mudança, improvisa novas abordagens e manipula a situação para ganhar vantagem. Arrisca-se apesar de consequências potencialmente negativas. Extrai lições importantes de experiências de mudanças e depois as aplica a situações semelhantes. Responde à quebra das expectativas investindo energia na solução de problemas e equipes de trabalhos. Capaz de influenciar os outros e resolver conflitos (CONNER, 1995).

4. RESULTADOS E ANÁLISES

Foi utilizado o Emach para determinar se o fator é causal ou efeito considerando o Determinante Causal como pode ser visto na Figura 1. O Emach é um indicador resultante da análise feita por meio da matriz causal que é definida por Sanches et al (2014) como:

uma técnica que permite associar causas identificando a interferência entre elas. Ela é composta de uma matriz quadrada que associa todas as causas entre si, e por isto, provê

análises abrangentes. A matriz causal permite aos membros da organização comunicar o entendimento de problemas complexos de forma clara e, por intermédio de algoritmos matemáticos, pode indicar as causas com potencial para geração de problemas mais graves, como os loops explosivos” (SANCHES et al, 2014, p. 3)

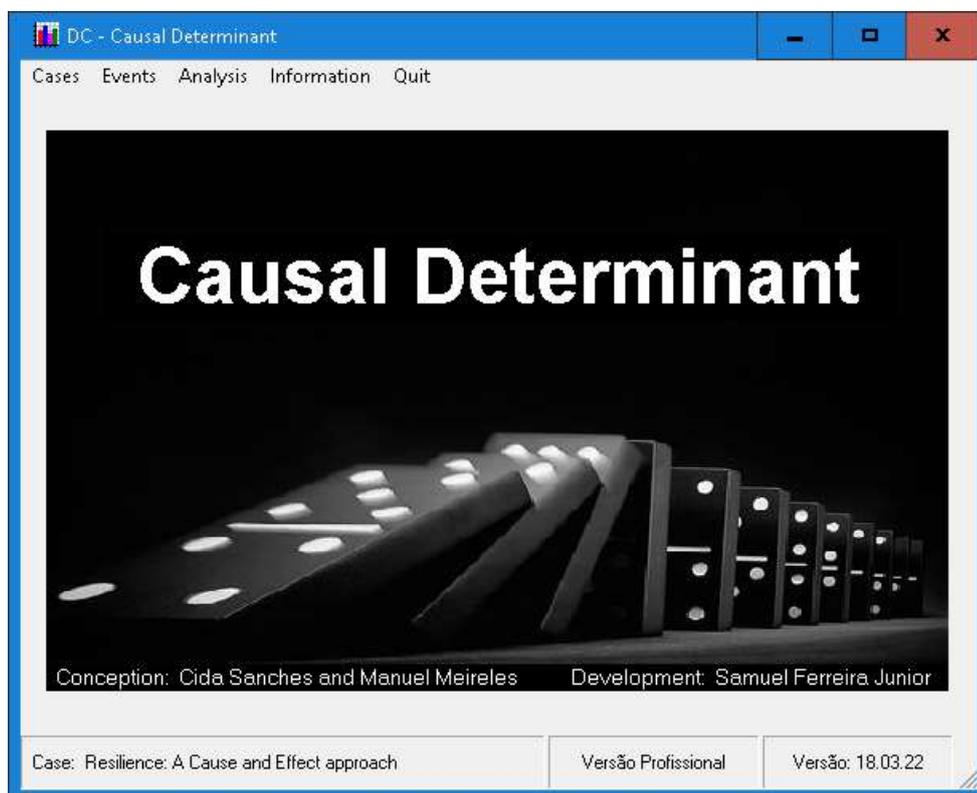


Figura 1: Capa do software DC (Determinant Causal)

| | Competência Pessoal (Conner) | Confiança nos próprios inst | Tolerância a advercidade (Conner) | Aceitação positiva de mud. | Controle (Conner) | Espiritualidade (Conner) | Competência Social (Friborg) | Coerencia Familiar (Friborg) | Suporte Social (Friborg) | Estrutura Pessoal (Friborg) | Positividade (Conner) | Foco (Conner) | Flexibilidade (Conner) | Organização (Conner) | Pró-ação (Conner) | Points to Row | Normalization H 0-5 | Emach |
|-----------------------------------|------------------------------|-----------------------------|-----------------------------------|----------------------------|-------------------|--------------------------|------------------------------|------------------------------|--------------------------|-----------------------------|-----------------------|---------------|------------------------|----------------------|-------------------|---------------|---------------------|-------|
| Competência Pessoal (Conner) | 5 | 0,2 | 0,1 | 0,1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 0,2 | 0,1 | 0,2 | 0,1 | 1 | 5 | 24 | 1,26 | 0,88 |
| Confiança nos próprios inst | 5 | 5 | 1 | 0,2 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 1 | 0,2 | 0,2 | 10 | 5 | 40,6 | 2,53 | -0,64 |
| Tolerância a advercidade (Conner) | 10 | 1 | 5 | 1 | 5 | 5 | 10 | 5 | 5 | 0,2 | 1 | 1 | 1 | 5 | 5 | 55,2 | 3,64 | -0,89 |
| Aceitação positiva de mud. | 10 | 5 | 1 | 5 | 5 | 10 | 5 | 5 | 0,2 | 1 | 1 | 1 | 10 | 5 | 64,2 | 4,33 | -0,92 | |
| Controle (Conner) | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 5 | 0,2 | 5 | 5 | 5 | 1 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 1 | 5 | 23,6 | 1,23 | 0,34 |
| Espiritualidade (Conner) | 1 | 1 | 0,2 | 0,2 | 5 | 5 | 1 | 1 | 1 | 1 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 1 | 13,2 | 0,44 | 0,76 |
| Competência Social (Friborg) | 0,2 | 0,2 | 0,1 | 0,1 | 0,2 | 1 | 5 | 1 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 5 | 1 | 14,6 | 0,54 | 1,73 | |
| Coerencia Familiar (Friborg) | 1 | 1 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 1 | 0,2 | 5 | 1 | 5 | 0,1 | 0,2 | 0,2 | 1 | 16,3 | 0,67 | 0,91 | |
| Suporte Social (Friborg) | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 1 | 1 | 0,2 | 5 | 0,1 | 0,2 | 0,2 | 5 | 1 | 9,9 | 0,18 | 2,56 | |
| Estrutura Pessoal (Friborg) | 5 | 1 | 5 | 5 | 1 | 1 | 5 | 1 | 10 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | 43 | 2,71 | -0,91 | |
| Positividade (Conner) | 10 | 1 | 1 | 1 | 5 | 5 | 5 | 0,2 | 5 | 1 | 5 | 0,2 | 5 | 5 | 44,6 | 2,83 | -0,68 | |
| Foco (Conner) | 5 | 5 | 1 | 1 | 5 | 5 | 5 | 10 | 5 | 1 | 5 | 5 | 10 | 10 | 73 | 5,00 | -1,00 | |
| Flexibilidade (Conner) | 10 | 5 | 1 | 1 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 1 | 5 | 0,2 | 10 | 5 | 63,2 | 4,25 | -0,93 | |
| Organização (Conner) | 1 | 0,1 | 0,2 | 0,1 | 1 | 5 | 0,2 | 5 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,1 | 0,1 | 1 | 14,4 | 0,53 | 2,27 | |
| Pró-ação (Conner) | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 0,2 | 0,1 | 0,2 | 1 | 7,5 | 0,00 | 2,63 | |
| Points to Column | 58,1 | 21,1 | 11,1 | 10,1 | 42,1 | 37,1 | 58,1 | 45,1 | 58,1 | 9,1 | 20,1 | 4,9 | 9,8 | 68,1 | 51,1 | | | |
| Normalization V 0-5 | 4,2 | 1,2 | 0,5 | 0,4 | 2,9 | 2,5 | 4,2 | 3,1 | 4,2 | 0,3 | 1,2 | 0,0 | 0,3 | 5,0 | 3,6 | | | |

Figura 2: Tela de análise dos fatores do software DC.

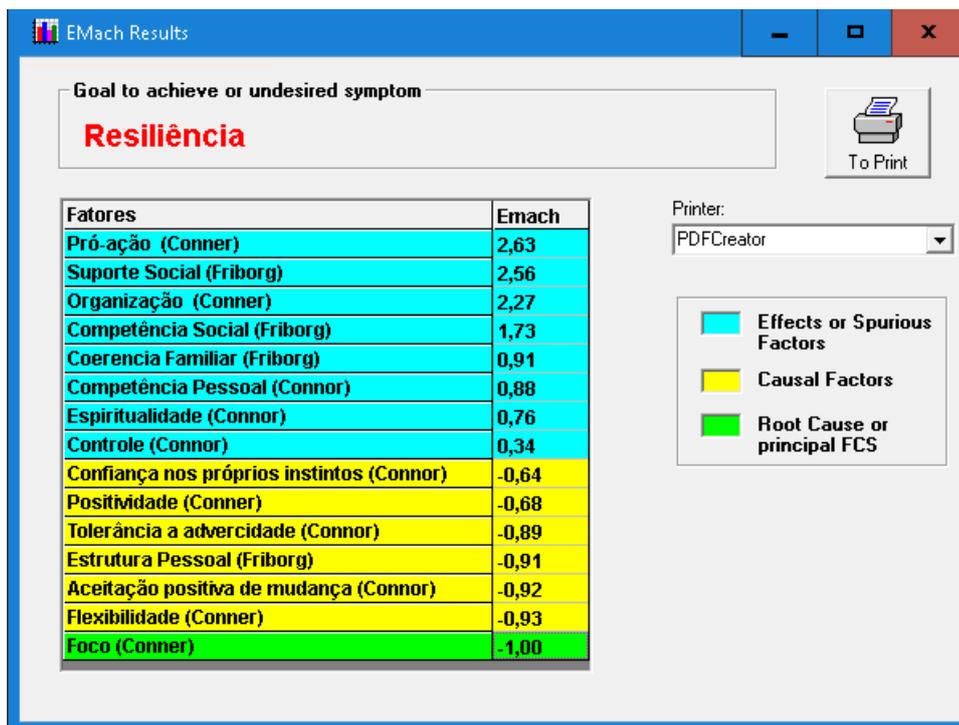


Figura 3: Tela dos resultados apresentada pelo software DC.

As análises realizadas neste trabalho fizeram uso do método do Determinante Causal (DC) proposto por Sanches et al. (2015) disponível em <https://www.causaldeterminant.com/> e tem por objetivo identificar a causa raiz de um problema. Ocorre que ao apontar a causa-raiz (Emach -1) o método indica os fatores causais (Emach negativos) e os fatores efeito (Emach positivos) o que foi aproveitado pela presente análise.

De acordo com Sanches et al. (2013) no método DC são usados os valores 1/10; 1/5; 1; 5; e 10 nas comparações. Estes pesos são típicos da Matriz de Priorização e podem ser vistos em Scarpi (2010) e Carpenter II (2010), como mostrados abaixo:

- muito mais (10);
- mais (5);
- de forma igual (1);
- menos (0.2);
- muito menos (0.1)

Esses são os valores ou pesos comparativos mostrados na Figura 2. Outro aspecto no método DC é que apenas se faz a comparação das células à direita da diagonal (que tem valor nulo). Utilizando o princípio da Matriz de Priorização, o método DC inscreve o valor inverso na célula correspondente aos dois fatores.

Após a comparação lógica o DC automaticamente faz a soma dos pontos de cada linha e a soma dos pontos de cada coluna. Estas somas, por apresentarem diferentes amplitudes, sofrem um processo de normalização para que as amplitudes sejam equivalentes, variando no intervalo [0; 5]. As normalizações são feitas atendendo às recomendações de Dodge (2003) utilizando a fórmula:

$$I_p = 5 \frac{p - \min}{\max - \min}$$

onde p é o número de pontos, \min é o menor valor observado e \max o maior valor observado. Após a normalização o software calcula o Emach para cada fator de acordo com a fórmula:

$$Emach_{HV} = \frac{V}{H + 1} - 1$$

onde V é a normalização vertical (colunas) e H é a normalização horizontal (linhas). De acordo com Sanches et al, “o Emach expressa o sentido e a potência do fator na relação causa-efeito (C-E)” (2014, p. 11). Para a avaliação dos resultados, os fatores causais são os negativos, os fatores efeito são os positivos e a causa-raiz é o que equivale ao número “-1.00”.

Após a análise comparativa feita por consenso dos autores obteve-se, como exhibe a Figura 3, a lista dos fatores analisados estratificados em fatores de natureza efeito e de natureza causal incluindo a causa raiz (o fator Foco de Connor). Nos Apêndices A e B são apresentadas as proposições ou itens de natureza causal e de efeito.

5. CONCLUSÃO

Com base nos resultados apresentados na Figura 3, por meio do software DC se estratificou os fatores: Pró-ação, Suporte Social, Organização, Competência Social, Coerência Familiar, Competência Pessoal, Espiritualidade e Controle são considerados efeitos do comportamento Resiliência. Já os fatores: Confiança nos próprios instintos, Positividade, Tolerância a adversidade, Estrutura Pessoal, Aceitação positiva de mudança, Flexibilidade e Foco são considerados como “causa” do comportamento Resiliência. Notar que o fator “Foco” ficou no destaque como sendo a causa principal desse conjunto, e que remete às características de se “Manter um forte propósito ou visão que serve tanto como fonte de significado quanto como sistema de orientação para restabelecer perspectivas após uma quebra significativa nas expectativas” (CONNER, 1995).

Tem-se desta forma preparados os itens das escalas de resiliência para adultos microempreendedores de natureza causal e de natureza efeito o que possibilita que se venha a concluir o projeto de pesquisa para responder ao problema geral que foi definido como: Questionários de resiliência apenas com fatores causais possuem confiabilidade maior (medida pelo Alfa de Cronbach) do que questionários apenas com fatores efeitos?

REFERÊNCIAS

Ahern, N. R., et al. (2006). A review of Instruments Measuring Resilience. *Issues of Comprehensive Pediatric Nursing*. V. 29, n. 2, p.103-125. Disponível em <http://www.nursingacademy.com/uploads/6/4/8/8/6488931/reviewofinstruments.pdf>.

American Psychological Association (2002). *Publication manual of the American Psychological Association*. Washington, D. C.: Author.

Barlach, L., Limongi-França, A. C., Malvezzi, S. (2008). O Conceito de Resiliência Aplicado ao Trabalho nas Organizações. *Revista Interamericana de Psicologia*. V. 42, n. 1, p. 101-112, 2008. Disponível em <<http://www.psicorip.org/Resumos/PerP/RIP/RIP041a5/RIP04211.pdf>>.

- Baruth, K. E.; Carroll, J. J. (2002) A formal assessment of resilience: The Baruth Protective Factors Inventory. *The Journal of Individual Psychology*, 58, 235–244.
- Bonanno, G. A. & Diminich, E. D. Annual research review: positive adjustment to adversity-trajectories of minimal-impact resilience and emergent resilience. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 54(4), 378-401. doi: 10.1111/jcpp.12021, 2013.
- Bonanno, G. A. Loss, trauma, and human resilience: have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events? *American Psychologist*, 59(1), 20-28. doi: 10.1037/0003-066X.59.1.20, 2004.
- Carpenter II, E. (2010) Prioritization Matrix Is Made Easier with a Template. Disponível em: <http://www.isixsigma.com/tools-templates/templates/prioritization-matrix-made-easier-template/> (accessado 06 abr 2021)
- Clason, D.L.; Dormody, T.J. (1994). Analyzing data measured by individual Likert-type items. *Journal of Agricultural Education*. v. 35, n. 4, p. 54-71
- Connor, D. R. Gerenciando na velocidade da mudança: como gerentes resilientes são bem-sucedidos e prosperam onde outros fracassam. Rio de Janeiro: Infobook, 1995.
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). Development of a new Resilience scale: The Connor-Davidson Resilience scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76–82. <https://doi.org/10.1002/da.10113>
- Cortez, C. P. (2014). Resiliencia psicológica: una aproximación hacia su conceptualización, enfoques teóricos y relación con el abuso sexual infantil. *Summa psicológica UST*, 11(2), 19-33. Recuperado em 8 de setembro, de dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4953998.pdf, 2014.
- Cummins, R.A.; Gullone, E.(2000). Why we should not use 5-point Likert scales: the case for subjective quality of life measurement. In. *International Conference on Quality of Life in Cities*, 2., 2000, Singapore. *Proceedings...* Singapore, 2000.
- Dalmoro, Marlon; Kelmara Mendes Vieira (2013). Dilemas na construção de escalas Tipo Likert: o número de itens e a disposição influenciam nos resultados?. *Revista gestão organizacional* 6.3, 2013.
- Friborg, O. et al. (2005). Resilience in relation to personality and intelligence. *International Journal of Methods in Psychiatric Research*, V. 14, n. 1, p. 29-42. Disponível em: http://www.viriya.net/jabref/resilience/Friborg-Resilience_in_relation_to_personality_and_intelligence.pdf, 2005.
- Friborg, O., Hjemdal, O., Rosenvinge, J. H., & Martinussen, M.(2003). A new rating scale for adult resilience: What are the central protective resources behind healthy adjustment? *International Journal of Methods in Psychiatric Research*, 12, 65-76, 2003.
- Gaspar, I. A., & Shimoya, A. (2016). Avaliação da confiabilidade de uma pesquisa utilizando o coeficiente Alfa de Cronbach. *Simpósio de Engenharia de Produção*, Catalão, Goiás, Brasil, 9, 2016.
- Giurcă, I.-C., Baban, A., Pinte, S., & Macavei, B. (2021). Psychometric Properties of the 25-Item Connor-Davison Resilience Scale: Preliminary Data for a Romanian Military Population. *Revista Academiei Fortelor Terestre*, 26(1), 31–38. <https://doi.org/10.2478/raft-2021-0005>
- Gonçalves, C. A; Meirelles, A. M.(2004). *Projetos e relatórios em Administração*. São Paulo: Atlas.

Harper, D. (2014). Online Etymology Dictionary. Disponível em: <<http://www.etymonline.com> >

Knorst, C. E. K. (2012). Resiliência: instrumentos de avaliação no contexto brasileiro., 33 f. Monografia (Pós-graduação lato sensu) - Curso de Especialização em Psicologia - Avaliação Psicológica, Departamento de Psicologia, Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS), Porto Alegre. Disponível em: <http://www.lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/40112/000826643.pdf?sequence=1>, 2012.

Likert, R. (1932). A technique for the measurement of attitudes. *Archives of Psychology*, v. 22, n. 140, p. 44-53, 1932.

Lucian, R. (2017); Uso da teoria de resposta ao item para determinar a confiabilidade de escalas Use of item response theory to measure the scales reliability. *PMKT – Revista Brasileira de Pesquisas de Marketing, Opinião e Mídia (PMKT on-line)*. São Paulo, v. 10, n. 1, p. 64-73, jan.-abr, 2017.

Masten, A. S. (2007). Resilience in development systems: progress and promise as the fourth wave rises. *Development and Psychopathology*, 19, 921-930. Recuperado em 8 de setembro, 2017, de www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/17705908, 2007.

Reppold, C. T., et al.(2012). Avaliação da resiliência: controvérsia em torno do uso das escalas. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, Porto Alegre, V. 25, n. 2. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/prc/v25n2/a06v25n2.pdf>, 2012.

Rutter, M. (2013). Annual research review: resilience – clinical implications. *Journal of child Psychology and Psychiatry*, 54(4), 474-487. doi: 10.1111/j.1469-7610.2012.02615.x, 2013.

Sanches, C., De Sordi, J.O., Ferreira Jr., S., Meireles, M., Silva, O.R. (2015). Comparative Study of the Causal Matrix and Causal Determinant. *Total Quality Management & Business Excellence*, 26:-10, 1095-1112, DOI: 10.1080/14783363.2015.1068590, 2015.

Sanches, C.; Meireles, M. (2013). Proposta de modelo para obter relação funcional entre causas e efeitos. In: *Simpósio de Excelência em Gestão e Tecnologia*, 2013, São Paulo. Disponível em: <https://www.aedb.br/seget/arquivos/artigos13/57218709.pdf>. Acesso em 06 abr. 2021.

Sanches, C.; De Sordi, J.O.; Ferreira Junior, S.; Paixão, M.R. (2014). Causa Raiz: Estudo Comparado dos Métodos Matriz Causal e Determinante Causal. In: *Encontro da Associação Nacional de Pós-Graduação e Pesquisa em Administração (EnANPAD)*, 2014, Rio de Janeiro. XXXVIII Encontro da ANPAD, 2014. Disponível em: http://www.anpad.org.br/diversos/down_zips/73/2014_EnANPAD_GOL687.pdf. Acesso em 06 abr. 2021.

Scarpi, M. J. (2010). *Administração em Saúde*. São Paulo: DOC.

Serrão, C., Castro, L., Teixeira, A., Rodrigues, A. R., & Duarte, I. (2021). Resilience in Physicians: Contributions to the Validation of the European Portuguese Version of the Resilience Scale. *Acta Médica Portuguesa*, 34(13). <https://doi.org/10.20344/amp.14657>

Sinclair, V. G., & Wallston, K. A. (2004). The development and psychometric evaluation of brief resilient coping scale. *Assessment*, 10, 19, 2004.

Takviriyannun, N. (2008). Development and testing of the Resilience Factors Scale for Thai adolescents. *Nursing & Health Sciences*,10(3), 203-208, 2008

Tourunen, A., Siltanen, S., Saajanaho, M., Koivunen, K., Kokko, K., & Rantanen, T. (2021). Psychometric properties of the 10-item Connor–Davidson resilience scale among Finnish

older adults. *Aging & Mental Health*, 25(1), 99–106.

<https://doi.org/10.1080/13607863.2019.1683812>

Wagnild GM, Young HM.(1993). Development and psychometric evaluation of resilience scale. *J Nurs Meas*,1:165-78.

Yu, X.; Zhang, J. X. (2007) Factor Analysis and Psychometric Evaluation of the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) with Chinese People. *Social Behavior and Personality*, V. 35, n. 1, p. 19-30.

APÊNDICES

Apêndice A

| | | Proposições de natureza causal |
|--------|--------------|---|
| Conner | Positividade | Acredito que a inteligência prática vem da valoração da adaptabilidade. |
| Conner | Positividade | Ao enfrentar a ambigüidade e a ansiedade que acompanham a mudança tendo a me fortificar com essas experiências. |
| Conner | Positividade | Consigo manter minha estabilidade física ao enfrentar uma mudança. |
| Conner | Positividade | Mantenho-me estável emocionalmente ao enfrentar situações de adversidades. |
| Conner | Positividade | Acredito que os próximos anos trarão mais demandas para mudanças. |
| Conner | Positividade | (-) Vejo a crise da mudança como ameaçadora. |
| Conner | Positividade | (-) Acredito que as mudanças deveriam progredir lógica e ordenadamente. |
| Conner | Positividade | (-) Em minha opinião a mudança é uma partida não-natural e desnecessária. |
| Conner | Positividade | Coloco a mudança como uma vantagem em potencial a ser explorada. |
| Conner | Positividade | Tenho uma visão otimista da vida. |
| Conner | Positividade | Vejo a vida como um conjunto de variáveis interativas, constantemente em modificação. |
| Conner | Positividade | Acredito que o amanhã trará novas oportunidades e desafios mais exigentes. |
| Conner | Positividade | Aceito a mudança como parte natural da vida. |
| Conner | Positividade | Vejo a mudança como um desafio repleto de problemas a serem resolvidos. |
| Conner | Positividade | (-) Não espero que a vida se desenrole de uma maneira lógica e facilmente racionalizada. |
| Conner | Positividade | Normalmente vejo oportunidades por trás de perigos. |
| Conner | Positividade | Vejo a vida como complexa mais cheia de oportunidades. |
| Conner | Positividade | (-) Acredito que se algo pode dar errado, vai dar errado. |
| Conner | Positividade | Acredito que por trás das mudanças existem surpresas. |
| Conner | Positividade | Acredito que a vida geralmente é recompensadora. |
| Conner | Foco | Quando enfrento uma mudança sou capaz de manter minha produtividade. |
| Conner | Foco | Sou capaz de manter meus padrões de qualidade em uma situação de mudança. |
| Conner | Foco | Consigo alcançar meus objetivos em situações de mudanças. |
| Conner | Foco | (-) Acho difícil me reorientar quando algo não esperado quebra minhas expectativas. |
| Conner | Foco | Encaro a quebra de minhas expectativas como parte necessária do processo de adaptação à mudança. |
| Conner | Foco | Tenho habilidade de equilibrar minhas perspectivas. |
| Conner | Foco | Tenho uma visão clara do que quero realizar. |
| Conner | Foco | Sinto-me confortável com a mudança, pois tenho habilidades e disposição para determinar futuros resultados. |

| | | |
|--------|----------------------------------|---|
| Conner | Foco | Persigo meus objetivos consistentemente mesmo sob estresse e com a passagem do tempo. |
| Conner | Foco | Permaneço determinado e concentrado buscando o objetivo desejado sem dar o braço a torcer. |
| Conner | Foco | A visão que possuo com relação aos meus objetivos, serve como fonte de inspiração e como sistema de orientação. |
| Conner | Foco | Acredito que a preparação e a escolha permitem influenciar meu futuro. |
| Conner | Flexibilidade | (-) Acredito que os planos nem sempre se materializam de acordo com o esperado. |
| Conner | Flexibilidade | Tenho agilidade e entusiasmo ao enfrentar adversidades. |
| Conner | Flexibilidade | Permaneço relativamente calmo em ambientes imprevisíveis. |
| Conner | Flexibilidade | Consigo me recuperar do stress da mudança repetidamente. |
| Conner | Flexibilidade | Sinto-me esgotado ao enfrentar a perda de controle numa situação de mudança. |
| Conner | Flexibilidade | (-) Me sinto vítima das mudanças. |
| Conner | Flexibilidade | Conto com relacionamentos pessoais para ajudar a aliviar o stress da mudança. |
| Conner | Flexibilidade | (-) Me sinto ameaçado quando as realidades estabelecidas mudam de repente. |
| Conner | Flexibilidade | (-) Me surpreendo com mudanças inevitáveis. |
| Conner | Flexibilidade | Consigo manter o bom humor em situações sérias. |
| Conner | Flexibilidade | Tenho a paciência necessária em situações urgentes. |
| Conner | Flexibilidade | Preciso de pouco tempo para recuperar-me de adversidades e de desapontamentos. |
| Conner | Flexibilidade | Reconheço que o controle total da situação não é possível. |
| Conner | Flexibilidade | Consigo assimilar mudanças a uma velocidade proporcional ao andamento de eventos que as rodeiam. |
| Conner | Flexibilidade | Assimilo a mudança como um fenômeno fluido, como um cubo de gelo derretendo e recongelando. |
| Conner | Flexibilidade | Vejo as mudanças como uma expansão contínua que demonstram uma alta tolerância por suas ambigüidades. |
| Conner | Flexibilidade | Aceito um diálogo desafiador como necessário para tomadas de decisões. |
| Conner | Flexibilidade | Acredito que a resistência é inerente a mudança. |
| Conner | Flexibilidade | Aceito que a ambigüidade sempre é acompanhada por uma futura resistência. |
| Conner | Flexibilidade | Quando necessário modifico minhas suposições e quadros referenciais. |
| Connor | Confiança nos próprios instintos | Quando enfrento problemas, tento ver o lado cômico deles. |
| Connor | Confiança nos próprios instintos | Encarar as dificuldades pode me fortalecer. |
| Connor | Confiança nos próprios instintos | Sob pressão, fico focado e penso com clareza. |
| Connor | Confiança nos próprios instintos | Eu prefiro tentar resolver as coisas sozinho, deixar os outros decidirem por mim. |
| Connor | Confiança nos próprios instintos | Se necessário, posso tomar decisões difíceis que podem afetar outras pessoas. |
| Connor | Confiança nos próprios instintos | Sou capaz de lidar com sentimentos desagradáveis / dolorosos: por exemplo, tristeza, medo e raiva. |

| | | |
|---------|----------------------------------|---|
| Connor | Confiança nos próprios instintos | Ao lidar com problemas, você às vezes precisa agir intuitivamente (sem saber o porquê). |
| Connor | Tolerância à adversidade | Eu posso me adaptar quando ocorrem mudanças. |
| Connor | Tolerância à adversidade | Eu tenho pelo menos um relacionamento íntimo e seguro que me ajuda quando estou estressado. |
| Connor | Tolerância à adversidade | Eu posso enfrentar qualquer coisa. |
| Connor | Tolerância à adversidade | Os sucessos do passado me dão confiança para enfrentar novos desafios e dificuldades. |
| Connor | Tolerância à adversidade | Tenho tendência a recuperar logo após doenças, lesões ou outras dificuldades. |
| Connor | Aceitação positiva de mudanças | Eu acredito que posso alcançar meus objetivos, mesmo que existam obstáculos. |
| Connor | Aceitação positiva de mudanças | Eu trabalho para alcançar meus objetivos, independentemente das dificuldades na estrada. |
| Friborg | Estrutura pessoal | Os meus planos para o futuro são difíceis de concretizar; concretizáveis |
| Friborg | Estrutura pessoal | Eu funciono melhor quando eu tenho um objetivo a alcançar |
| Friborg | Estrutura pessoal | Os meus objetivos eu sei como atingi-los; |
| Friborg | Estrutura pessoal | Eu tenho facilidade para organizar o meu tempo; |
| Friborg | Estrutura pessoal | Os meus objetivos para o futuro são vagos |
| Friborg | Estrutura pessoal | Regras e rotinas fixas faltam no meu dia-a-dia; |
| Friborg | Estrutura pessoal | Acontecimentos na vida que para mim são difíceis eu consigo lidar com eles; |

Apêndice B

| | | Proposições de natureza efeito |
|--------|-------------|---|
| Conner | Organização | (-) Em períodos tumultuados me sinto inseguro sobre mim e sobre minha habilidade de gerenciar a incerteza. |
| Conner | Organização | Consigo compartimentar o estresse em uma área para que este não influencie outros aspectos da minha vida. |
| Conner | Organização | (-) Me envolvo em projetos de mudanças requerendo recursos que não estão disponíveis. |
| Conner | Organização | Sei quando pedir ajuda para a realização de um objetivo comum. |
| Conner | Organização | Consigo manter a ordem em situações de caos. |
| Conner | Organização | Consigo gerenciar muitas tarefas simultaneamente e com sucesso. |
| Conner | Organização | Abordo a mudança como um processo inteligível cujas fases podem ser antecipadas e gerenciadas. |
| Conner | Organização | Rejeito ideias ou planos de ação que prometem benefícios a curto prazo, mas são inconsistentes com a estratégia global para alcançar o objetivo desejado. |

| | | |
|--------|---------------------|--|
| Conner | Organização | Identifico as questões centrais embutidas em situações confusas. |
| Conner | Organização | Consigo realizar alterações necessárias para as coisas continuarem iguais. |
| Conner | Organização | Só me empenho em grandes ações após de um planejamento cuidadoso. |
| Conner | pró-ação | Sou capaz de exercitar o controle direto ou indireto, em algum nível, sobre acontecimentos durante a implementação da mudança. |
| Conner | pró-ação | (-) Costumo culpar pessoas ou coisas por problemas causados por situações de mudanças. |
| Conner | pró-ação | (-) Fico imobilizado com o inesperado. |
| Conner | pró-ação | (-) Reajo com medo, negação ou complacência ao me deparar com imprevistos. |
| Conner | pró-ação | Reconheço o desconforto como um sinal para ativar meus mecanismos de sustentação e me adaptar as circunstâncias em transformação. |
| Conner | pró-ação | Sou seletivo quanto as mudanças com as quais me comprometo. |
| Conner | pró-ação | Acredito que quando não posso mais arcar com o peso do equilíbrio em minha vida é necessário mudar. |
| Conner | pró-ação | Acredito que é necessário executar mudanças mesmo que incertas e que me tragam medo. |
| Conner | pró-ação | Sei que a resistência a mudança é inevitável e em vez de lutar contra ela, prefiro encorajá-la. |
| Conner | pró-ação | Recompenso meus funcionários por resistirem à mudanças de uma maneira aberta, honesta e construtiva. |
| Conner | pró-ação | Costumo questionar sugestões e novas idéias. |
| Conner | pró-ação | Geralmente invisto em recursos (tempo, energia, dinheiro) para assegurar o resultado desejado. |
| Conner | pró-ação | Utilizo a criatividade e a habilidade para resolver problemas ou questões que de outra maneira bloqueariam a realização do objetivo. |
| Connor | Competência pessoal | Eu sempre me esforço, não importa qual seja o resultado. |
| Connor | Competência pessoal | Eu não desisto, mesmo que as coisas pareçam sem solução. |
| Connor | Competência pessoal | Não sou facilmente desencorajado pelo fracasso. |
| Connor | Competência pessoal | Eu acredito que sou uma pessoa forte quando enfrento desafios e dificuldades de vida. |
| Connor | Competência pessoal | Eu gosto de desafios. |
| Connor | Competência pessoal | Tenho orgulho de minhas conquistas. |
| Connor | controle | Durante os períodos de estresse / crise, sei onde posso procurar ajuda. |
| Connor | controle | Eu tenho um forte senso de propósito na vida. |
| Connor | controle | Eu me sinto no controle da minha vida. |
| Connor | espiritualidade | Quando não há soluções claras para os meus problemas, às vezes a sorte / Deus pode me ajudar. |

| | | |
|---------|--------------------|--|
| Connor | espiritualidade | Bom ou ruim, acho que a maioria das coisas acontece por algum motivo. |
| Friborg | competência social | Assuntos pessoais eu não posso discutir com ninguém; |
| Friborg | competência social | Poder ser flexível em relações sociais é importante para mim |
| Friborg | competência social | Fazer contato com novas pessoas é difícil para mim; |
| Friborg | competência social | Quando estou na presença de outras pessoas tenho facilidade em rir; |
| Friborg | competência social | Em relação a outras pessoas, na nossa família nós nos apoiamos pouco; |
| Friborg | competência social | iniciar uma conversa interessante, eu acho difícil; |
| Friborg | Coerência familiar | Quando algum membro da minha família entra em crise eu fico sabendo rapidamente da situação; |
| Friborg | Coerência familiar | Na minha família nós gostamos de fazer coisas em conjunto; |
| Friborg | Coerência familiar | Em momentos difíceis a minha família mantém uma visão positiva do futuro; |
| Friborg | Coerência familiar | Eu me sinto muito bem com a minha família; |
| Friborg | Coerência familiar | Na minha família, a concepção do que é importante na vida é bastante diferente; |
| Friborg | Coerência familiar | A minha família caracteriza-se por desunião; |
| Friborg | suporte social | Novas amizades tenho facilidade em me vincular; |
| Friborg | suporte social | Aqueles que me encorajam são amigos e familiares; |
| Friborg | suporte social | A solidariedade entre meus amigos é ruim; |
| Friborg | suporte social | Os meus amigos/ familiares próximos valorizam as minhas qualidades; |
| Friborg | suporte social | Eu tenho apoio de amigos e familiares. |