

NOTICE: this is the author's version of a work that was accepted for publication no livro . Changes resulting from the publishing process, such as peer review, editing, corrections, structural formatting, and other quality control mechanisms may not be reflected in this document. Changes may have been made to this work since it was submitted for publication. A definitive version was subsequently published as:

Vicente, I. & Correia, I. (2016). Crença no mundo justo, coping e bem-estar em vítimas de bullying. In Lima, M.L., Marques, S., Bernardes, S.F., Pereira, S. (Orgs). *Psicologia Social da Saúde Investigação e Intervenção em Portugal* (vol 2, 15-28). Lisboa: Edições Sílabo.

### Crença no Mundo Justo, *Coping*, e Bem-estar em Vítimas de *Bullying*

Inês Vicente & Isabel Correia

#### Nota de autor:

Este capítulo é baseado numa dissertação de Mestrado em Psicologia Social e das Organizações defendida no ISCTE-IUL em 2010 da autoria de Inês Vicente sob orientação de Isabel Correia. Essa dissertação esteve integrada numa Acção Integrada Luso-Alemã, financiada pelo Conselho de Reitores das Universidades Portuguesas (ref A-30/09 – “Experiences of Justice, Roles in Bullying and Well-Being of Adolescents”, 2009-2010), em colaboração com Claudia Dalbert da Universidade de Martin-Luther, Alemanha.

### Resumo

Perante o aumento do conhecimento das graves consequências do *bullying* sobre as vítimas torna-se essencial compreender as forma como as vítimas lidam com este fenómeno. O presente estudo tem como principal objectivo compreender a relação entre a crença no mundo justo (CMJ) e o bem-estar das vítimas de *bullying*, testando a mediação desta relação através das estratégias de *coping* relacionadas com a assimilação da injustiça a que as vítimas recorrem. Mediram-se estas variáveis através de um questionário, aplicado a uma amostra de vítimas de *bullying* (N=189) entre os 11 aos 19 anos. Os resultados indicam que a CMJ influencia positivamente o bem-estar das vítimas de *bullying*, e que esta relação é mediada pela estratégia de *coping* assimilação da injustiça. Conclui-se que as estratégias de *coping* que envolvem assimilação da injustiça, têm uma importância fundamental para as vítimas de *bullying*, permitindo a manutenção do seu bem-estar.

Palavras-chave: Crença no Mundo Justo, *Coping*, *Bullying*, Bem-Estar

### Crença no Mundo Justo, *Coping*, e Bem-estar em Vítimas de *Bullying*

Todos nós, quando nos confrontamos com acontecimentos negativos tendemos a pensar se são ou não justos. Entre os vários acontecimentos que causam sofrimento está o *bullying* que ocorre frequentemente no percurso escolar das crianças e jovens. Estes episódios consistem numa forma de vitimização que tem consequências muito negativas para o bem-estar das vítimas (Hawker & Boulton, 2000).

Diz-se que um aluno é vítima de *bullying* quando é exposto repetidamente e ao longo do tempo, a acções negativas e intencionais por parte de um ou mais colegas (Olweus, 1993). O seu carácter contínuo e a desigualdade de poder entre o agressor (*bully*) e a vítima (muitas vezes impotente para resolver a situação) são duas características que distinguem o *bullying* de qualquer outro tipo de agressão.

A atenção dada aos problemas do *bullying* entre crianças e adolescentes cresceu drasticamente nos últimos anos. Este facto deve-se a uma maior mediatização de casos de violência escolar e, conseqüentemente, à crescente preocupação em perceber como surge este fenómeno e o porquê de tais situações. A gravidade deste fenómeno leva ainda a questionar como é que as vítimas lidam com estas situações de humilhação, crueldade e injustiça. Este processo através do qual um indivíduo reage perante situações negativas foi denominado *coping* (Sommerfield & McCrae, 2000) e desempenha um papel importante no bem-estar físico e psicológico de cada indivíduo (Endler & Parker, 1990).

A investigação tem mostrado que a percepção do mundo como justo, onde cada um tem o que merece (crença no mundo justo, CMJ, Lerner, 1980), permite a manutenção do bem-estar das pessoas (Correia & Dalbert, 2007) e, especialmente, das pessoas que sofreram directa ou indirectamente alguma injustiça – as vítimas (Dzuka & Dalbert, 2002). A CMJ tem sido considerado

como um mecanismo positivo e saudável de *coping* (Dzuka & Dalbert, 2000). Assim, tem sido mostrado que quando as vítimas percebem o que lhes acontece como justo mantêm o seu bem-estar.

Neste estudo investigamos se uma maior CMJ por parte das vítimas de *bullying* está associada ao maior recurso a estratégias de *coping* que envolvem a assimilação das injustiças, que por sua vez influenciam positivamente o bem-estar destas vítimas.

### **O bullying e suas consequências para o bem-estar das vítimas**

O *bullying* em contexto escolar é um fenómeno que ocorre à escala global e está fortemente relacionado com a violência escolar, provocando graves consequências ao nível do clima escolar e com sequelas potencialmente desastrosas, principalmente para a vítima, mas também para o agressor (Harris & Petrie, 2003).

O *bullying* é um fenómeno presente na idade escolar e relativamente estável ao longo do tempo. Vários estudos demonstram que entre 10-20% dos alunos declararam que foram vítimas de *bullying* na escola durante pelo menos 3 a 6 meses (Olweus, 1993; Rigby, 1997; Smith, et al., 1999) ou até mesmo durante vários anos, como afirmaram 13% dos alunos (Smith & Shu, 2000). Possíveis explicações podem dever-se ao facto de o comportamento agressivo ser uma característica individual relativamente estável ao longo do tempo (Olweus, 1979) e às poucas possibilidades das vítimas conseguirem escapar sozinhas das agressões, sem haver nenhum tipo de intervenção (Olweus, 1993).

Segundo Olweus (1991, 1997), o *bullying* é uma interacção na qual o indivíduo dominante (o *bully*) exhibe comportamentos de agressão com intenção de provocar mal-estar a um indivíduo mais fraco (a vítima), repetidamente ao longo do tempo. Os comportamentos de *bullying* podem ser físicos, verbais e de exclusão social (Craig, Pepler, & Atlas, 2000). Assim, por *bullying* físico entende-se qualquer comportamento agressivo que implique contacto corporal (i.e. bater, empurrar, fazer rasteiras, etc.). Por

*bullying* verbal compreende-se a acção de insultar através de expressões verbais (i.e. chamar nomes pejorativos, humilhar, inferiorizar, etc.). E, por último, o *bullying* por exclusão social diz respeito ao acto de dificultar a integração social (i.e. denegrir a imagem, propagação de boatos, rumores, etc.).

O agressor apesar de se aperceber de que o seu comportamento incomoda a vítima, insiste em continuar com as agressões e sente-se satisfeito ao fazê-lo. Este tipo de conduta denominou-se “*bullying maligno*” (Rigby, 2007), ou seja, o *bully* desfruta do seu comportamento, enquanto a vítima se sente oprimida e impotente. O “*bullying não-maligno*” (Rigby, 2007) é visto mais como uma provocação, uma brincadeira, em que geralmente o agressor não se apercebe do sofrimento que causa. Contudo, do ponto de vista da vítima, qualquer um dos tipos provoca mal-estar psicológico. Assim, a vitimização está associada a falta de auto-estima, depressão e ansiedade (Hawker & Boulton, 2000). A aversão em ir à escola (Rigby & Slee, 1993; Nansel et al., 2004) é tão forte, que em alguns casos, os pais vêm-se forçados a mudar as crianças de escola (Rigby, 2007). A estes sentimentos de insegurança podem também estar associados ideação e tentativas de suicídio (Klomek, Marrocco, Kleinman, Schonfeld, & Gould, 2007). Ao nível comportamental, as vítimas podem manifestar problemas de comportamento na escola (Wolke, Woods, Bloomfield, & Karstadt, 2001) e uma vez que não costumam ter amigos e andam sozinhas na escola, são alvos mais fáceis para os agressores, sendo este isolamento propício para o *bullying* (Rigby, 2002). As vítimas crónicas de *bullying* têm ainda uma maior tendência de apresentar défices de competências sociais (Nation, Vieno, Perkins, & Santinello, 2007).

É importante ainda referir que a vítima sofre não só as consequências directas da agressão do *bully*, mas também consequências indirectas resultantes da vitimização secundária, isto é, as pessoas tendem a atribuir responsabilidade à vítima, ao considerá-

la uma pessoa fraca e covarde, justificando deste modo a agressão (Kochenderfer-Ladd, & Pelletier, 2008). A par da desvalorização e/ou culpabilização das vítimas, é também frequente a minimização do sofrimento das vítimas, assim como o seu evitamento, tornando-as progressivamente mais isoladas, uma vez que os pares receiam sofrer represálias sociais ao serem associados a estas (Nansel et al., 2001). Assim, a rejeição social da vítima pode ser considerada tanto causa como consequência do *bullying*: as vítimas são normalmente as crianças mais rejeitadas da escola, e o facto de serem vitimizadas contribui ainda mais para a sua baixa auto-estima (Olweus, 1991).

A gravidade das consequências do *bullying* justifica a importância de estudar os processos que podem de algum modo contribuir para o bem-estar das vítimas.

### **Bem-estar subjectivo e coping**

De uma forma geral, o bem-estar subjectivo corresponde à avaliação global que cada pessoa faz da sua vida. Segundo Diener, Oishi e Lucas (2003) o bem-estar subjectivo tem sido definido como tendo duas componentes: a componente cognitiva e a componente afectiva. A primeira refere-se a uma avaliação global que o indivíduo faz da sua vida, a satisfação com a vida, e a componente afectiva está relacionada com aspectos mais emocionais como as emoções e o humor.

O *coping* é definido como um conjunto de “esforços cognitivos e comportamentais desenvolvidos pela pessoa para gerir (reduzir, minimizar, controlar, ou tolerar) as exigências internas e externas das transacções pessoa-meio que são avaliadas como excedendo os recursos da pessoa” (Folkman, Lazarus, Gruen, & DeLongis, 1986, p.572). Estes esforços são independentes do resultado, esta é uma característica importante desta definição (Folkman, 1984), ou seja, o *coping* refere-se ao esforço de gerir as exigências, independentemente do sucesso desse esforço. Assim, as estratégias

utilizadas devem ter como objectivo diminuir a probabilidade de causar danos, resultantes do acontecimento vivido, e/ou reduzir reacções emocionais negativas.

Existe uma vasta investigação na área da psicologia da saúde que assenta no pressuposto de que a eficácia das estratégias de *coping* pode mediar a influência no stresse no bem-estar (Coyne & Racioppo, 2000). Ou seja, a forma como cada pessoa lida com um acontecimento negativo pode afectar o seu bem-estar. Deste modo, existem estratégias de *coping* que permitem regular as emoções ou procurar soluções, conseguindo assim reduzir os efeitos negativos do acontecimento de stresse, enquanto outras podem contribuir para o aumento desses efeitos (Seiffge-Krenke & Klessinger, 2000).

### **Crença no mundo justo e bem-estar das vítimas**

Ao longo do tempo, tem-se vindo atribuir cada vez mais importância ao estudo da CMJ como um mecanismo positivo e saudável de *coping* (Dzuka & Dalbert, 2000). Segundo Lerner (1980), as pessoas estão motivadas para perceber o mundo em que vivem como justo, onde cada um tem o que merece, de modo a poderem viver com tranquilidade e ter confiança no futuro.

A CMJ é considerada uma dimensão relativamente estável ao longo do tempo. Rubin e Peplau (1973, 1975) construíram a primeira escala para medir esta crença. A pontuação obtida nesta escala pretende constituir um indicador da motivação para a justiça, isto é, quanto mais a pessoa acredita que o mundo é justo maior o seu esforço para alcançar os seus objectivos por meios justos (Dalbert, 1999).

A investigação mostrou que a CMJ está positivamente associada ao bem-estar subjectivo, quer em amostras de indivíduos não vitimizados (e.g. Correia & Vala, 2004), quer em amostras de indivíduos vitimizados (e.g. Dzuka & Dalbert, 2002).

Alguns estudos mostraram que as vítimas de acontecimentos injustos com elevada CMJ, tendem a interpretar esse acontecimento como menos injusto (Hafer & Olson, 1989) e, em parte, causado pelo seu próprio comportamento (Dalbert, 2002). Esta atribuição comportamental, além de ter um carácter funcional uma vez que dá sentido ao acontecimento crítico e protege a CMJ do próprio, também pode mediar o efeito adaptativo da CMJ no ajustamento psicológico das vítimas. Como é demonstrado no estudo de Bulman & Wortman (1977), por exemplo, em que vítimas paralisadas devido a graves acidentes de viação, culpam-se a si próprias pelo sucedido ou tendem a minimizar a injustiça. Estas estratégias revelaram-se preditoras de um bom *coping* porque a vítima ao culpar a sua própria conduta reduz a insegurança associada à incontrolabilidade das circunstâncias, à aleatoriedade dos acontecimentos. Desta forma, as vítimas com elevada CMJ têm maior probabilidade de assimilar o seu “destino” injusto, percebendo-o como mais justo, e conseqüentemente sentirem-se melhor (Dalbert, 2002).

Num outro exemplo, Hafer e Correy (1999) demonstraram que alunos com elevada CMJ fazem mais atribuições internas do que externas quando confrontados com resultados negativos. Esta atribuição interna atenua sentimentos de injustiça e reduz emoções negativas, contribuindo para a manutenção do bem-estar. Assim, a CMJ influencia os mecanismos de *coping* de cada pessoa, permitindo que os indivíduos percepcionem uma tarefa nova como um desafio (e não como uma ameaça) e protegendo-os do stresse associado a acontecimentos imprevisíveis e injustos (Tomaka & Blascovich, 1994).

No domínio da CMJ, tem sido feita a distinção entre CMJ para si e CMJ para os outros. A primeira, denominada CMJ pessoal refere-se à crença de que os acontecimentos na vida de cada indivíduo são justos. Por outro lado, a CMJ geral diz

respeito à crença que, no geral, o mundo é um local justo (Dalbert, 1999; Lipkus, Dalbert, & Siegler, 1996). De um modo geral, tem sido demonstrado que as pessoas apresentam valores mais altos de CMJ pessoal do que de CMJ geral (e.g. Correia & Dalbert, 2007). Para além disso, a CMJ pessoal tem demonstrado ser uma melhor preditora do bem-estar subjectivo (e.g. Dzuka & Dalbert, 2002), enquanto a CMJ geral tem sido relacionada com atitudes sociais negativas (Bègue & Muller, 2006). Em amostras portuguesas de estudantes do ensino básico, secundário e universitário (Correia, & Dalbert, 2007) verificou-se igualmente que a CMJ pessoal funcionava como melhor preditora do bem-estar do que a CMJ geral, quer em relação à satisfação com a vida, quer em relação a um indicador de ansiedade na escola. Sendo assim, no presente estudo consideramos apenas a CMJ pessoal.

Um estudo anterior (Dzuka & Dalbert, 2007) mostrou que uma maior CMJ pessoal das vítimas estava associado a uma maior bem-estar subjectivo. O presente estudo tem como objectivo investigar se uma maior CMJ pessoal por parte das vítimas de *bullying* está associada ao maior recurso a estratégias de *coping* que implicam uma assimilação da injustiça, e que por sua vez influenciam positivamente o bem-estar destas vítimas.

Mais especificamente esperamos que a CMJ pessoal seja preditora do bem-estar das vítimas; a CMJ pessoal seja preditora de estratégias de coping que permitam reduzir a percepção de injustiça da situação; as estratégias de coping que permitam reduzir a percepção de injustiça da situação sejam preditoras do bem-estar; a relação entre a a CMJ pessoal e o bem-estar seja mediada pelas estratégias de coping que permitam reduzir a percepção de injustiça da vitimização.

## **Método**

### **Participantes**

Neste estudo, participaram 305 alunos do 7º e 10º ano de escolaridade de três escolas públicas da região de Lisboa e Vale do Tejo com 2º e 3º Ciclos de Ensino. Destes, 51.1 % eram do sexo masculino e 48.9% do sexo feminino, com idades compreendidas entre 11 e 20 anos (M=13.42; DP= 1.74).

Do universo de participantes, foram analisados apenas os dados dos sujeitos vítimas de *bullying*. Deste modo, a análise incidiu numa amostra constituída por 189 participantes, dos quais 98 são do sexo feminino (51.9%) e 91 do sexo masculino (48.1%), com idades compreendidas entre os 11 e os 19 anos (M=13.3; DP=1.70), todos eles vítimas de *bullying*. Nesta amostra 82% das vítimas frequenta o 7ºano de escolaridade e 18% frequenta o 10ºano. A selecção dos sujeitos para a amostra baseou-se nas questões relativas ao papel desempenhado na situação de *bullying*, descritas no ponto relativo às variáveis, não tendo sido excluído nenhum participante por nenhuma outra razão.

### **Variáveis**

O instrumento utilizado foi desenvolvido no âmbito de uma Acção Integrada Luso-Alemã (ref A-30/09 – “Experiences of Justice, Roles in Bullying and Well-Being of Adolescents”, 2009-2010), sendo constituído por medidas de percepção de justiça (justiça dos professores, justiça dos colegas e crença no mundo justo), bem-estar,, papéis em situações de *bullying* e estratégias para lidar com essas agressões.

#### **Crença no Mundo Justo Pessoal**

A CMJ pessoal foi operacionalizada através da Escala de Crença de Mundo Justo Pessoal desenvolvida por Dalbert (1999). Esta é constituída por sete itens, medidos através de uma escala tipo-Likert de 1 a 6 (em que 1=Discordo Completamente e 6=Concordo Completamente). Os itens da escala traduzidos para a língua portuguesa são: “Na minha vida a injustiça é a exceção e não a regra”, “Acho que a maior parte do

que me acontece é justo”, “De um modo geral, os acontecimentos da minha vida são justos, “As decisões que os outros tomam em relação a mim são justa”, “Acho que geralmente obtenho o que mereço”, “Geralmente os outros tratam-me de uma maneira justa”, e “Em geral eu mereço o que me acontece” ( $\alpha=.65$ ).

### **Bem-estar**

Para o bem-estar foi pedido aos sujeitos que respondessem, através de uma escala tipo-Likert de 1 a 6 (em que 1=Discordo Completamente e 6=Concordo Completamente), como se haviam sentido na semana anterior. Para o efeito, foram utilizadas duas escalas. A primeira - *Escala de estado de humor* (Habituelle Subjektive Wohlbefindensskala, Dalbert, 2003) - pretendia medir o humor através de 6 itens. Os itens da escala traduzidos para a língua portuguesa são: “Não estive tão feliz como a maioria das pessoas” (recodificado), “Senti-me moderadamente feliz”, “Achei que era uma pessoa feliz”, “Raramente estive mesmo “na maior”” (recodificado), “Geralmente tive tendência para ver o lado bom da vida”, “Senti que ia rebentar de alegria  $\alpha=.59$ ). A segunda - Questionário de Ansiedade para alunos (*Anxiety Questionnaire for School Students*, Wiczerkowski, Nickel, Janowski, Fittkau, & Rauer, 1974) - pretendia averiguar a ansiedade face à escola também através de 6 itens. Os itens da escala traduzidos para a língua portuguesa são “Senti-me contente por ainda andar na escola”, “Na escola, existiram apenas algumas coisas de que eu gostei” (recodificado), “Pensei que seria bom se eu nunca mais fosse obrigado a ir à escola”. “Existiram apenas algumas coisas de que eu gostei na escola” (recodificado), “Foi bom ir à escola”, “De manhã, pensar na escola fez-me ficar angustiado” (recodificado) ( $\alpha=.79$ ).

### **Estratégias de Coping**

Para avaliar as estratégias de *coping* utilizadas pelos alunos, a equipa alemã e portuguesa (Donat, Dalbert, Correia, & Garcia, 2010) do projecto em que este estudo se insere, elaborou três escalas diferentes, consoante os papéis que os adolescentes adoptam nos episódios de *bullying*. Primeiro, foi perguntado aos alunos qual dos papéis (dos quais devem escolher dois) assumiam com mais frequência. O Papel 1 referia-se a alunos que provocavam os outros, por exemplo, através do gozo, da ameaça, da agressão e do abuso. Ao escolher este papel marcavam com uma cruz em “*Eu provoquei os (as) outros (as)*”. O Papel 2 referia-se a jovens que eram gozados, ameaçados, agredidos, pontapeados: “*Eu fui provocado(a) pelos (as) outros (as)*”. O Papel 3 representava os alunos que testemunharam esta situação, mas que não estavam directamente envolvidos nela: “*Eu testemunhei alguém a ser provocado pelos (as) outros (as)*”.

De seguida, para avaliar as estratégias de coping das vítimas envolvendo assimilação de injustiça foi utilizada a escala composta por 11 itens, que se referem a estratégias de *coping* de adolescentes em relação a episódios de *bullying* de que são vítimas envolvendo assimilação de injustiça. As respostas são dadas numa escala tipo-*Likert* de 6 pontos (1=Discordo Completamente e 6=Concordo Completamente). Na análise da escala de *coping* das vítimas foram retirados dois itens, tendo-se chegado a uma solução com 9 itens ( $\alpha=.61$ ).

Esses 9 itens traduzidos para a língua portuguesa são: “Eu já não penso mais acerca daquilo que aconteceu”, “Eu não perdoar ao agressor o que ele me fez” (recodificado), “Eu penso para mim próprio: “Na volta, em alguma altura, alguma coisa boa me vai acontecer”.”, “Eu vou perdoá-lo(a)”, “Eu digo para mim próprio “Eu estava a pedi-las!”.”, “Eu digo para mim próprio: “Na realidade, ele(a) (o agressor) não me queria fazer nada”.”, “Eu tentei esquecer o que aconteceu”, “Eu penso para mim

próprio: “Ainda assim, isto não foi mau de todo”.”, “Eu penso para mim próprio: “Isto torna-me mais forte”.”

### **Procedimento**

Após obtida a autorização da Direcção Geral de Inovação e Desenvolvimento Curricular e do Conselho Executivo de cada escola para a aplicação do questionário, foram enviadas cartas aos Encarregados de Educação solicitando a colaboração dos seus educandos. Foi garantido o anonimato e a confidencialidade dos dados obtidos, sendo a divulgação dos dados reservada a fins académicos e científicos.

Foi realizado um pré-teste com 20 alunos do 7º e 10º ano com o objectivo de perceber se havia alguma dificuldade na compreensão do questionário. Uma vez que não se revelaram quaisquer problemas no preenchimento e interpretação do questionário, a recolha final dos dados foi efectuada entre Janeiro e Março de 2010.

O questionário sido aplicado em contexto de aula, na presença do professor, sendo salientado que a participação dos alunos era voluntária.

A investigadora começou por apresentar o questionário às respectivas turmas, reforçando o carácter confidencial das respostas. Foi referido que não existiam resposta certas nem erradas e que o questionário deveria ser preenchido individualmente. Solicitou-se que em caso de dúvida, levantassem o braço e aguardassem em silêncio pela investigadora, com vista a controlar o barulho e potenciais conversas paralelas. Agradeceu-se a colaboração dos alunos e procedeu-se à distribuição dos questionários.

### **Resultados**

Foram analisadas correlações entre a CMJ pessoal, a assimilação de injustiça como estratégia de *coping* das vítimas, e os dois tipos de bem-estar (Tabela 1).

Observou-se que a CMJ Pessoal está positivamente correlacionada com a estratégia de *coping* “Assimilação de injustiça”, ou seja, quanto maior a CMJ pessoal

dos alunos, maior será a tendência a recorrer a este tipo de estratégia. Por outro lado, verificou-se uma correlação positiva entre a CMJ pessoal e o humor, mas não entre a CMJ pessoal e ansiedade face à escola. A assimilação da injustiça correlacionou-se positivamente com o humor, mas não com a ansiedade.

De forma a testar a hipótese de mediação, que o bem-estar ao nível do humor (variável critério) é influenciado pela CMJ Pessoal (variável preditora), e de que esta relação é mediada pelas estratégias de *coping* (variável mediadora), foram realizadas várias regressões como se indica de seguida. O primeiro passo é mostrar que a variável preditora prediz significativamente a variável critério. Esta relação foi comprovada, ou seja, verificou-se que CMJ Pessoal prediz significativamente o humor,  $b = .19$ , 95% CI [.05, .34],  $t = 2.64$ ,  $p = .009$ . Assim quanto maior a CMJ pessoal mais positivo o humor.

Num segundo passo verificamos se a variável preditora prediz significativamente a variável mediadora. Verificamos que a CMJ pessoal prediz significativamente a assimilação da injustiça,  $b = .33$ , 95% CI [.09, .58],  $t = 2.66$ ,  $p = .009$ .

Num terceiro passo verificamos se a variável mediadora prediz significativamente a variável critério e verificamos que a assimilação da injustiça prediz significativamente a o humor,  $b = .13$ , 95% CI [.05, .22],  $t = 3.07$ ,  $p = .002$ .

Num quarto passo, consideramos simultaneamente numa mesma regressão a CMJ pessoal e a assimilação da injustiça como preditores do humor, e verificamos que na presença da assimilação da injustiça, a CMJ pessoal deixa de ser um preditor significativo do humor,  $b = .13$ , 95% CI [-.02, .28],  $t = 1.76$ ,  $p = .080$ , e que a assimilação de injustiça se mantém como preditor significativo do humor,  $b = .11$ , 95% CI [.03, .20],  $t = 2.60$ ,  $p = .010$ . Estamos portanto na presença de uma mediação total.

Podemos pois afirmar que a assimilação de injustiça medeia totalmente a associação positiva entre a CMJ pessoal e o humor, ou seja, a CMJ pessoal leva ao aumento da assimilação de injustiça que por sua vez leva ao aumento do humor.

### **Discussão**

O principal objectivo deste trabalho consistiu em perceber em que medida a CMJ influencia as estratégias de *coping* utilizadas face a acontecimentos adversos (neste caso, o *bullying*) e se estas podem afectar o bem-estar. Deste modo, esperava-se que a CMJ pessoal, estivesse positivamente correlacionada como o bem-estar, e que esta relação fosse explicada pelo recurso a estratégias de *coping* envolvendo assimilação de injustiça.

Os resultados confirmaram a hipótese, mas apenas para o indicador de bem-estar relativo ao humor e não à ansiedade. Este resultado difere de outros anteriores obtidos com outras amostras portuguesas de estudantes do ensino básico, secundário e universitário (Correia, & Dalbert, 2007; Dalbert & Stoeber, 2005), em que se encontraram correlações negativas entre a CMJ pessoal e a ansiedade. Tendo os estudos supracitados sido realizados com grandes amostras e um deles com a ansiedade medida com o mesmo instrumento deste estudo e em amostras portuguesas (Correia, & Dalbert, 2007), não esperavamos este resultado. Podemos pensar que se poderá ter devido a uma fraca variabilidade da variável na amostra, tal como mostra o valor do desvio padrão. Futuros estudos deverão tentar esclarecer este aspecto.

A assimilação da injustiça da situação de *bullying* mediou a relação entre a CMJ pessoal e o humor. Quando uma pessoa é confrontada com um acontecimento negativo a sua crença que o mundo é justo sofre uma ameaça. Assim ao experienciarem uma situação que não pode ser resolvida, tentam assimilar esta experiência de acordo com a sua CMJ, restaurando a justiça psicologicamente se não for possível restabelece-la

comportamentalmente (Dalbert, 2002). Neste estudo, as vítimas de *bullying* apercebem-se de facto que sofreram (ou sofrem) um acontecimento terrivelmente injusto, e quanto maior a sua CMJ Pessoal, maior a tendência de assimilar este episódio de forma a preservar a sua crença e diminuir o seu impacto negativo. Deste modo as vítimas tentaram restaurar a justiça psicologicamente conseguindo preservar noção que as coisas boas acontecem às pessoas boas e que os “maus” irão ser punidos.

Como limitações do estudo temos de referir o facto do estudo ser correlacional. Como consequência o sentido da cadeia de causalidade entre as variáveis tem de ser analisado com alguma cautela. Temos também que referir que a escala utilizada para medir a assimilação de injustiça por parte das vítimas é uma escala que foi poucas vezes usada previamente (Donat, et al., 2010) e cuja possível estrutura factorial deveria ser estudada com amostras maiores do que a amostra do estudo original (Donat, et al., 2010) e a utilizada por nós próprias neste estudo.

Em suma, os resultados deste estudo apoiam a hipótese de que as estratégias de *coping* são importantes factores protectores para as vítimas de *bullying*, na medida em que permitem a manutenção do seu bem-estar. No entanto, importa realçar que a assimilação da injustiça pelas vítimas, embora possa ser adaptativo do ponto de vista da saúde mental, não contribui para reduzir a vitimização por parte do agressor e, portanto, não deve desincentivar a intervenção nas situações de *bullying* no sentido de reduzir a ocorrência deste fenómeno.

Foi com alguma surpresa que constatámos que mais de metade dos alunos inquiridos respondeu ter sido vítima de *bullying*. Este valor poderá ser consequência da opção metodológica de pedir aos alunos que referissem os dois papéis mais frequentes, em vez de apenas um papel, como é mais habitual nos estudos sobre *bullying*. Contudo, pensamos que este valor também traduz a elevada prevalência deste fenómeno e a

importância de intervir na sua prevenção e no apoio às vítimas de bullying, aspectos que no entanto, estão muito para além dos nossos objectivos neste capítulo.

Apesar de conscientes da multiplicidade de dificuldades e novos desafios que se colocam diariamente às escolas, acreditamos que o *bullying* não deve ser minimizado nem encarado como um fenómeno natural inerente à interacção entre pares. Pelo contrário, é urgente revestir este problema de um carácter prioritário e unir esforços no sentido de erradicar das escolas todo e qualquer comportamento que resulte na humilhação dos mais fracos. Se queremos realmente dar o salto qualitativo da sociedade da informação para a sociedade do conhecimento, é importante permitir a todas as crianças a oportunidade de perceberem a escola como um local estimulante, um local de auto-realização e não um local a evitar. Só então poderemos dizer que todas as crianças recebem, em igualdade de oportunidades, as ferramentas que lhes permitirão um desenvolvimento saudável e equilibrado das suas capacidades académicas, pessoais e sociais.

## Referências

- Bègue, L., & Muller, D. (2006). Belief in a just world as moderator of hostile attributional bias. *British Journal of Social Psychology, 45*, 117-126.
- Bulman, R. J., & Wortman, C. B. (1977). Attributions of blame and coping in the "real world": Severe accident victims react to their lot. *Journal of Personality and Social Psychology, 35*, 351-363.
- Correia, I., & Vala, J. (2004). Belief in a just world, subjective well-being and trust of young adults. In C. Dalbert and H. Sallay, *The justice motive in adolescence and young adulthood: Origins and consequences* (pp.85-100). London: Routledge.
- Correia, I., & Dalbert, C. (2007). Belief in a just world, justice concerns, and well-being at Portuguese schools. *European Journal of Psychology of Education, 22*, 421-437.
- Coyne, J. C., & Racioppo, M. W. (2000). Never the twain shall meet? Closing the gap between coping research and clinical intervention research. *American Psychological, 55*, 655-664.
- Craig, W.M., Pepler, D., & Atlas, R. (2000). Observations of bullying in the playground and in the classroom. *School Psychology International, 21*, 22-36.
- Dalbert, C. (1999). The world is more just for me than generally: About the Personal Belief in a Just World Scale's Validity. *Social Justice Research, 12*, 79-98.
- Dalbert, C. (2001). *The justice motive as a personal resource: Dealing with challenges and critical life events*. New York: Plenum Press.
- Dalbert, C. (2002). Beliefs in a just world as a buffer against anger. *Social Justice Research, 15*, 123-145.

- Dalbert, C. (2003). Habituelle Subjektive Wohlbefindensskala (HSWBS). In J. Schumacher, A. Klaiberg & E. Brähler (Hrsg.), *Diagnostische Verfahren zu Lebensqualität und Wohlbefinden* (S. 170-175). Göttingen: Hogrefe.
- Dalbert, C., Montada, L., and Schmitt, M. (1987). Glaube an eine gerechte Welt als Motiv: Validierungskorrelate zweier Skalen (Belief in a just world: Validity correlates of two scales). *Psychologische Beiträge*, 29, 596-615.
- Dalbert, C. & Stoeber, J. (2005). The belief in a just world and distress at school. *Social Psychology of Education*, 8, 123–135.
- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R.E. (2003). Personality, culture, and subjective well-being: Emotional and cognitive. *Annual Review of Psychology*, 54, 403–25.
- Donat, M., Dalbert, C., Correia, I. & Garcia, D. (2010). *Skalendokumentation "Experiences of justice, roles in bullying and well-being of adolescents" [Scales documentation "Experiences of justice, roles in bullying, and well-being of adolescents"]* (Hallesche Berichte zur Pädagogischen Psychologie Nr. 11). Halle (Saale): Martin-Luther-Universität Halle-Wittenberg, Institut für Pädagogik:  
Retrieved October 5, 2010 at:  
<http://www.erzwiss.uni-halle.de/gliederung/paed/ppsyche/bericht11.pdf>
- Dzuka, J., & Dalbert, C. (2000). Well-being as a psychological indicator of health in old age: A research agenda. *Studia Psychologica*, 42, 61-70.
- Dzuka, J., & Dalbert, C. (2002). Mental health and personality of Slovak unemployed adolescents: About the beliefs in a just world's impact. *Journal of Applied Social Psychology*, 4, 732-757.
- Dzuka, J., & Dalbert, C. (2006). The belief in a just world's impact on subjective well-being in old age. *Aging and Mental Health*, 10, 439-444.

- Dzuka, J. & Dalbert, C. (2007). Aggression at school: Belief in a personal just world and well-being of victims and aggressors. *Studia Psychologica, 49*, 313-320.
- Endler, N. S., & Parker, J. D. A. (1990). Multidimensional assessment of coping: A critical evaluation. *Journal of Personality and Social Psychology, 58*, 844-854.
- Folkman, S. (1984). Personal control and stress and coping processes: A theoretical analysis. *Journal of Personality and Social Psychology, 46*, 839-852.
- Folkman, S. Lazarus, R. S., Gruen, R. J., & DeLongis, A. (1986). Appraisal, coping, health status, and psychological symptoms. *Journal of Personality and Social Psychology, 50*, 571-579.
- Hafer, C. L. & Correy, B.L. (1999). Mediators of the relation between beliefs in a just world and emotional responses to negative outcomes. *Social Justice Research, 12*, 189-204.
- Hafer, C. L., & Olson, J. M. (1998). Individual differences in the belief in a just world and responses to personal misfortune. In L. Montada & M.J. Lerner (Eds.), *Responses to victimizations and belief in a just world* (pp. 65-86). New York: Plenum Press.
- Harris, S. L., & Petrie, G. F. (2003). *Bullying: The bullies, the victims, the bystanders*. Lanham, MD: Scarecrow.
- Hawker, D. S.J., & Boulton, M. J. (2000). Twenty years' research on peer victimization and psychosocial maladjustment: A meta-analytic review of cross-sectional studies. *Journal of Child Psychology and Psychiatry, 41*, 441-445.
- Kochenderfer-Ladd, B., & Pelletier, M. E. (2008). Teachers' views and beliefs about bullying: Influences on classroom management strategies and students' coping with peer victimization. *Journal of School Psychology, 46*, 431-453.

- Klomek, A. B., Marrocco, F., Kleinman, M., Schonfeld, I. S., & Gould, M. S. (2007). Bullying, depression, and suicidality in adolescents. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry, 46*, 40-49.
- Lerner, M. J. (1980). *The belief in a Just world: A fundamental delusion*. New York: Plenum.
- Lipkus, I.M., Dalbert, C., & Siegler, I.C., (1996). The importance of distinguishing the belief in a just world for self versus for others: Implications for psychological well-being. *Personality and Social Psychology Bulletin, 22*, 666-677.
- Nansel, T. R., Craig, W., Overpeck, M. D., Saluja, G., Ruan, W. J., & the Health Behavior in School-Aged Children Bullying Analyses Working Group. (2004). Cross-national consistency in the relationship between bullying behaviors and psychosocial adjustment. *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine, 158*, 730–736.
- Nansel, T. R., Overpeck, M., Pilla, R. S., Ruan, W. J., Simons-Morton, B., & Scheidt, P. (2001). Bullying behaviors among US youth: Prevalence and association with psychosocial adjustment. *Journal of the American Medical Association, 285*, 2094–2100.
- Nation, M., Vieno, A., Perkins, D. D., & Santinello, M. (2008). Bullying in school and adolescent sense of empowerment: An analysis of relationships with parents, friends, and teachers. *Journal of Community & Applied Social Psychology, 18*, 211-232.
- Olweus, D. (1979). Stability of aggressive reaction patterns in males: A review. *Psychological Bulletin, 86*, 852-875.
- Olweus, D. (1991). Bully/victim problems among schoolchildren: Basic facts and effects of a school based intervention program. In D. J. Pepler & K. H. Rubin

- (Eds.), *The development and treatment of childhood aggression* (pp. 441-448). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Olweus, D. (1993). *Bullying at school: What we know and what we can do*. Oxford: Blackwell.
- Olweus, D. (1997). Bully/victim problems in school: Facts and intervention. *European Journal of Psychology of Education, 12*, 495-510.
- Rigby, K. (2002). *New perspectives on bullying*. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Rigby, K. (2007). *Bullying in schools and what to do about it* (Updated, revised). Melbourne: Australian Council for Education Research.
- Rigby, K., & Slee, P. T. (1993). Dimensions of interpersonal relations among Australian school children and their implications for psychological well-being. *Journal of Social Psychology, 133*, 33-42.
- Rubin, Z., & Peplau, L. A. (1973). Belief in a just world and reactions to another's lot: A study of participants in the National Draft Lottery. *Journal of Social Issues, 29*, 73-93.
- Rubin, Z., & Peplau, L. A. (1975). Who believes in a just world? *Journal of Social Issues, 31*, 65-89.
- Seiffge-Krenke, I., & Klessinger, N. (2000). Long-term effects of avoidant coping on adolescents' depressive symptoms. *Journal of Youth and Adolescence, 29*, 617-630.
- Smith, P. K. & Shu, S. (2000). What good schools can do about bullying: Findings from a survey in English schools after a decade of research and action. *Childhood, 7*, 193-212.
- Smith, P. K., Morita, Y., Junger-Tas, J., Olweus, D., Catalano, R., & Slee, P. (1999). *The nature of school bullying: A cross-national perspective*. London: Routledge.

- Somerfield, M. R., & McCrae, R. R. (2000). Stress and coping research: Methodological challenges, theoretical advances, and clinical applications. *American Psychologist, 55*, 620–625.
- Tomaka, J., & Blascovich, J. (1994). Effects of justice beliefs on cognitive, psychological, and behavioral responses to potential stress. *Journal of Personality and Social Psychology, 67*, 732-740.
- Wieczerkowski, W., Nickel, H., Janowski, A., Fittkau, B., & Rauer, W. (1974). *Angstfragebogen fur Schiller (AFS) (Anxiety questionnaire for students)* (3. Auflage). Braunschweig: Westermann.
- Wolke, D., Woods, S., Bloomfield, L. & Karstadt, L. (2000). The association between direct and relational bullying and behaviour problems among primary school children. *Journal of Child Psychology and Psychiatry, 41*, 989-1002.

Tabela 1. Médias, desvio-padrão e correlações entre as variáveis

	M	DP	Assimilação da Injustiça	Humor	Ansiedade
CMJ pessoal	3.78	.82	.25***	.19**	.07
Assimilação da Injustiça	3.00	1.41		.23**	.00
Humor	3.98	.82			.21**
Ansiedade	4.24	.50			

*Nota.* Todas as escalas variam entre 1 a 6. \*p <0.05, \*\*p <0.01