



MIRIAN SILVA DE MORAES LEIRIA

**AFETOS POSITIVOS E NEGATIVOS, SATISFAÇÃO COM A VIDA, RESILIÊNCIA
E ESTRESSE PERCEBIDO EM POLICIAIS DA BRIGADA MILITAR**

CANOAS, 2018

MIRIAN SILVA DE MORAES LEIRIA

**AFETOS POSITIVOS E NEGATIVOS, SATISFAÇÃO COM A VIDA, RESILIÊNCIA
E ESTRESSE PERCEBIDO EM POLICIAIS DA BRIGADA MILITAR**

Dissertação apresentada ao Programa de Pós
Graduação em Saúde e Desenvolvimento
Humano da Universidade La Salle Canoas
como requisito para obtenção de título de
Mestre em Saúde e Desenvolvimento Humano

Orientadora Professora Dr^a Gilca Maria Lucena Kortmann

CANOAS, 2018

MIRIAN SILVA DE MORAES LEIRIA

**AFETOS POSITIVOS E NEGATIVOS, SATISFAÇÃO COM A VIDA E RESILIÊNCIA
EM POLICIAIS DA BRIGADA MILITAR**

Dissertação apresentada ao Programa de Pós
Graduação em Saúde e Desenvolvimento
Humano da Universidade La Salle Canoas
como requisito para obtenção de título de
Mestre em Saúde e Desenvolvimento Humano

Aprovado pela banca examinadora em 27 de Março de 2018.

BANCA EXAMINADORA

Professora Orientadora Dr^a Gilca Maria Lucena Kortmann
Universidade La Salle

Prof.^a Dr^a Fernanda Miraglia (Examinadora Interna)
Universidade La Salle

Prof. Dr. Gustavo Fioravante Vieira (Examinador Interna)
Universidade La Salle

Prof. Dr. Claus Dieter Stobaus (Examinador Externo)
Pontifícia Universidade Católica de POA/RS

*Dedico esta obra aos policiais da Brigada
Militar.*

AGRADECIMENTOS

A Deus por proporcionar todas as condições para a realização desse trabalho;

Ao Carlos meu esposo por todo o apoio e incentivo sempre disponível;

Ao Arthur meu filho pela compreensão em muitos momentos de ausência;

À minha mãe, padrasto, irmãos e avôs pelo apoio sempre presentes;

À minha orientadora Prof.^a Dr^a Gilca Maria Lucena Kortmann pela disponibilidade, paciência e aprendizado proporcionado;

À Paula pela amizade e apoio;

Aos colegas de Mestrado, pela troca de conhecimento e amizade;

Aos participantes da pesquisa pela disponibilidade e confiança.

“O momento que vivemos, é um momento pleno de desafios, mais do que nunca é preciso ter coragem, é preciso ter esperanças para enfrentar o presente. É preciso resistir e sonhar. É necessário alimentar os sonhos e concretizá-lo dia-a-dia no horizonte de novos tempos mais humanos, mais justos, mais solidários”

Marilda Yamamoto

RESUMO

Dissertação de mestrado
Programa de Pós Graduação em Saúde e Desenvolvimento Humano da Universidade La
Salle Canoas
Data e Local da Defesa: Canoas, 27 de Março de 2018

AFETO POSITIVO E NEGATIVO, SATISFAÇÃO COM A VIDA E RESILIÊNCIA EM POLICIAIS DA BRIGADA MILITAR

AUTORA: MIRIAN SILVA DE MORAES LEIRIA
ORIENTADOR: GILCA MARIA LUCENA KORTMANN

A presente pesquisa tem como escopo analisar a estrutura emocional de policiais da Brigada Militar, descrever os primeiros passos da Instituição desde sua gênese até a atualidade, e abordar o tema: Afetos Positivos e Negativos, Satisfação com a Vida e Resiliência e Estresse Percebido em policiais da Brigada Militar. Este tema é propício tendo em vista o grande empenho que estes policiais possuem em se manterem com saúde mental diante de tanta violência presenciada em sua rotina de trabalho, sendo esta a base da pesquisa. Este estudo está vinculado a Avaliação e Promoção em Saúde que integra o mestrado em Saúde e Desenvolvimento Humano. Participaram desta pesquisa, servidores militares estaduais de ambos os sexos, onde o objetivo da mesma está na aplicação qualitativa e quantitativa dos elementos e dados a fim de verificar quais são as maiores tendências dentro do corpo de Policias da Brigada Militar, que acarretam problemas existenciais capazes de desestabilizar os militares. O levantamento dos resultados qualitativos e quantitativos, demonstrou ao longo da pesquisa, fatores de expressão de insatisfação com o ambiente físico e relacional, porém ainda pode-se constatar diferentes perfis dentro desta variável, encontrando também militares satisfeitos e com aspirações de desenvolvimento, levantando assim a importância em dar a assistência adequada aqueles, cujo quadro de saúde mental esteja fragilizado.

Palavras-Chave: Brigada Militar. Satisfação com a Vida. Resiliência. Afetos Positivos

ABSTRACT

Master Course Dissertation
Post-Graduation Program in Health and Human Development of La Salle Canoas
University Date and Place of Defense: Canoas, March 27, 2018

POSITIVE AND NEGATIVE AFFECTION, SATISFACTION WITH LIFE AND RESILIENCE IN MILITARY BRIGADA POLICE

AUTHOR: MIRIAN SILVA DE MORAES LEIRIA
ORIENTER: GILCA MARIA LUCENA KORTMANN

The present research aims to analyze the emotional structure of police officers of the Military Brigade, to describe the first steps of the Institution from its genesis to the present, and to address the theme: Positive and Negative Affection, Life Satisfaction and Resilience and perceived stress in police of the Military Brigade. This theme is propitious in view of the great commitment these police have in maintaining their mental health in the face of so much violence witnessed in their work routine, which is the basis of the research. This study is linked to Health Promotion and Evaluation that integrates the Master in Health and Human Development. Participated in this research, state military servants of both sexes, where the objective is the qualitative and quantitative application of the elements and data in order to verify what are the major trends within the Police Corps of the Military Brigade of, which lead to existential problems capable of destabilizing the military. The survey of the qualitative and quantitative results, showed throughout the research, factors of expression of dissatisfaction with the physical and relational environment, but it is still possible to contact different profiles within this variable, also finding satisfied military personnel and with aspirations of development, not intending with this research establishing a psychological pattern among the military, but to verify how to give appropriate assistance to those whose mental health framework is fragile.

Keywords: Military Brigade. Satisfaction with Life. Resilience. Positive Affects

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 – Mapa Regional da capital do Rio Grande do Sul – Porto Alegre.....	26
Figura 2- Mapa da Região do Rio Grande do Sul	27
Figura 3- Mapa Mental Brigada Militar	27
Figura 4- Organograma Hierárquico da Brigada Militar.....	42
Figura 5 – Comandos Regionais da Brigada Militar	44
Figura 6- Dimensões da Escala de Satisfação no Trabalho.....	62

LISTA DE TABELAS

Tabela 1- Médias e desvio padrão da resiliência	59
Tabela 2- Porcentagens de Policiais com e sem estresse por instituição	59
Tabela 3- Porcentagem de policiais que se encontram em cada fase do estresse, por instituição	60
Tabela 4- Sintomas Psicológicos e Físicos mais frequentes.....	61
Tabela 5- Caracterização dos Dados pessoais do perfil dos participantes da pesquisa	76
Tabela 6- Síntese da caracterização das Escalas.....	78
Tabela 7- Frequência quanto ao percentual de policiais que praticam ou não praticam atividades de lazer.....	79
Tabela 8- Tabela de postos atividades de lazer	80
Tabela 9- Teste Paramétrico de MannWhitney-Índice de estresse	81
Tabela 10- Relatório de Estatística Descritiva.....	81
Tabela 11- Frequência quanto ao percentual de policiais que já mataram ou feriram e os que nunca fizeram	82
Tabela 12- Tabela de postos já feriu ou matou	83
Tabela 13- Teste Paramétrico de MannWhitney- Resiliência.....	83
Tabela 14- Relatório de Estatística Descritiva.....	84
Tabela 15- Frequência quanto ao percentual entre policiais que gostariam ou não gostariam de mudar de profissão	85
Tabela 16- Tabela de postos gostaria de mudar de profissão.....	86
Tabela 17- Frequência quanto ao percentual de policiais que já tiveram ou não colegas mortos ou feridos	87
Tabela 18- Tabela de Postos Colega morto ou Ferido.....	88
Tabela 19- Tabulação cruzada para avaliar estresse e atividades de lazer.....	89
Tabela 20- Teste qui-quadrado para estresse percebido e a pratica de atividades de lazer	90
Tabela 21- Tabulação cruzada Resiliência em policiais que já mataram ou feriram .	91
Tabela 22- Teste Qui-quadrado Resiliência em policiais que já mataram ou feriram e os que nunca fizeram	92
Tabela 23- Tabulação cruzada Satisfação com a vida entre policiais que gostariam de mudar de profissão e os que não gostariam	93

Tabela 24– Teste Qui-quadrado Satisfação com a vida entre policiais de gostariam de mudar de profissão e os que não gostariam.	94
Tabela 25- Tabulação cruzada Afetos Positivos entre policiais que já tiveram colegas mortos ou feridos.....	95
Tabela 26– Teste Qui-quadrado Afetos Positivos entre policiais que já tiveram colegas mortos ou feridos e os que nunca tiveram	96
Tabela 27- Tabulação cruzada Afetos Negativos em policiais que já tiveram colegas mortos ou ferido	97
Tabela 28- Teste Qui-quadrado Afetos Negativos em policiais que já tiveram colegas mortos ou feridos e os que nunca tiveram	98
Tabela 29– Índice de resiliência entre policiais do sexo masculino e feminino	99
Tabela 30 - Índice de Estresse entre policiais do sexo masculino e feminino	99
Tabela 31– Índice de Afetos positivos em policiais do sexo masculino e feminino ...	99
Tabela 32- Índice de Satisfação com a vida em policiais do sexo masculino e feminino.....	100

LISTA DE QUADROS

Quadro 1 – Ação de coleta de dados	73
--	----

LISTA DE GRÁFICOS

Gráfico 1- Amostra de indicadores criminais em 16 municípios com maiores índices de violência referente ao período de Dezembro de 2017.....	23
Gráfico 2-Ocorrências registradas no período de 01 de Janeiro a 31 de dezembro de 2017 no RS.	23
Gráfico 3- Índice de ocorrências bancárias no período de 01 de janeiro a 31 de dezembro de 2017.	24
Gráfico 4- Ocorrências registradas em Estabelecimentos no período de 01 e janeiro a 31 de dezembro de 2017.....	24
Gráfico 5- Ocorrências registradas em transportes coletivos e lotações no RS.....	25
Gráfico 6- Evolução do número de publicações na base CAPES envolvendo a palavra “Perceived Stress”.....	64
Gráfico 7-Evolução do número de publicações na base CAPES envolvendo a palavra “Resilience”	64
Gráfico 8- Evolução do número de publicações na base CAPES envolvendo a palavra “Psychology Positive”	65
Gráfico 9-Representação de idades dos policiais participantes da pesquisa ambos os sexos	68
Gráfico 10–Efetivo masculino e feminino participantes da pesquisa.....	76
Gráfico 11- Estado Civil dos policiais participantes da pesquisa.....	77
Gráfico 12– Quantidade de filhos dos policiais respondentes da pesquisa	77
Gráfico 13– Grau de Escolaridade dos participantes da pesquisa	78
Gráfico 14– Apresentação visual de percental de policiais que praticam atividades de lazer e os que não praticam	80
Gráfico 15– Representação visual dos dados estatísticos	82
Gráfico 16 - Apresentação visual de percentual de policiais que já mataram e feriram e os que nunca fizeram	83
Gráfico 17–Representação visual dos dados estatísticos Índice de Resiliência	84
Gráfico 18– Apresentação Visual de percentual de policiais que gostariam de mudar de profissão e os que não gostariam	85
Gráfico 19 - Representação visual dos dados estatísticos do índice de satisfação com a vida	86

Gráfico 20- Apresentação Visual de percentual de policiais que tiveram colegas feridos e mortos.....	87
Gráfico 21- Representação visual da tabela de postos quanto ao Índice de Panas em policiais que já tiveram colegas mortos ou feridos	88

SIGLAS E ABREVIATURAS

AJ-G - Ajudância Geral
APPAL- Associação de Psicologia Positiva da América Latina
APM - Academia de Polícia Militar
BABM - Batalhão Ambiental da Brigada Militar
BC – Batalhão dos Caçadores
BS - Batalhão dos Sapadores
BPRv - Batalhão da Polícia Rodoviária
BPFaz - Batalhão de Polícia Fazendária
BPG - Batalhão de Polícia de Guarda
Btl Aéreo - Batalhão Aéreo
BPM - Batalhão de Polícia Militar
BPAT - Batalhão de Polícia de Área Turística
CAM - Comissão de Avaliação e Mérito
CABM- Comando Ambiental da Brigada Militar
CCB - Comando do Corpo de Bombeiros
Cmt-G - Comandante Geral da Brigada Militar
COE- Comando de Operações Especiais
C Odonto – Centro Odontológico
Cor-G - Corregedoria Geral
CRB - Comando Regional de Bombeiros
CRBM - Comando Rodoviário da Brigada Militar
CRPO – Comando Regional de Polícia Ostensiva
Cons.Sup. - Conselho Superior
CFAer- Centro de Formação Aeropolicial
CTBM – Colégio Tiradentes da Brigada Militar
Ch- EMBM – Chefe do Estado Maior da Brigada Militar
DA – Departamento Administrativo
DE – Departamento e Ensino
DLP – Departamento de Logística e Patrimônio
DS- Departamento de Saúde
EM – Estado Maior

EsBo – Escola e Bombeiros

EsEF- Escola e Educação Física

EsFAZ – Escola de Formação e Aperfeiçoamento de Sargentos da Brigada Militar

ETPM – Escola Técnica de Polícia Militar

FT – Força Tarefa

Gab Cmt-G – Gabinete de Comandante Geral

GSVG – Grupamento de Supervisão de Vigilância e Guardas

HBM – Hospital da Brigada Militar

IPBM – Instituto de Pesquisa Brigada Militar

PROSERGS - Secretaria de Segurança Pública do Rio Grande do Sul.

QG – Quartel General

RBG – Regime Beto Gonçalves

SCI – Subgrupamento de Combate Incêndios

SCmt-G – Subcomandante Geral da Brigada Militar

LISTA DE ANEXOS

ANEXO 1– DECLARAÇÃO DA INSTITUIÇÃO COPARTICIPANTE – CONSELHO DE ÉTICA EM PESQUISA.....	111
ANEXO 2- TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE ESCLARECIDO (TCLE).....	112
ANEXO 3 - QUESTIONÁRIO DE PESQUISA SÓCIODEMOGRÁFICO	113
ANEXO 4 - QUESTIONÁRIO APLICADO NO DOCUMENTÁRIO – PRODUTO TÉCNICO	115
ANEXO 5- ESCALA DE AFETOS POSITIVOS E AFETOS NEGATIVOS (PANAS)	116
ANEXO 6- ESCALA DE SATISFAÇÃO DE VIDA.....	117
ANEXO 7 - ESCALA DE RESILIÊNCIA	118
ANEXO 8- ESCALA DE ESTRESSE PERCEBIDO	121

SUMÁRIO

1.	CAPÍTULO 1.....	20
1.1.	INTRODUÇÃO.....	20
1.2.	DEFINIÇÃO DO PROBLEMA.....	22
1.3.	OBJETIVOS.....	25
1.3.1.	Objetivo Geral.....	25
1.3.2.	Objetivos Específicos.....	25
1.4.	JUSTIFICATIVA.....	26
1.5.	DELIMITAÇÃO DO ESTUDO.....	26
1.6.	MAPA MENTAL.....	27
2.	CAPÍTULO 2.....	29
2.1.	A HISTÓRIA DA POLICIA MILITAR NO BRASIL.....	29
2.2.	HISTÓRIA DA BRIGADA MILITAR.....	33
2.2.1.	A Brigada Militar na Atualidade.....	43
2.3.	SAÚDE MENTAL DO POLICIAL: CONTRIBUIÇÕES DA PSICOLOGIA POSITIVA.....	44
2.4.	AFETOS POSITIVOS E NEGATIVOS.....	45
2.4.1.	Bem-estar subjetivo.....	46
2.4.2.	Bem -estar Psicológico.....	47
2.5.	SATISFAÇÃO COM A VIDA.....	49
2.6.	RESILIÊNCIA.....	51
2.7.	ESTRESSE PERCEBIDO.....	53
2.8.	AFETOS POSITIVOS E NEGATIVOS, SATISFAÇÃO COM A VIDA, RESILIÊNCIA E ESTRESSE PERCEBIDO EM POLICIAIS MILITARES.....	57
2.9.	BIBLIOMETRIA.....	62
3.	CAPÍTULO 3.....	66
3.1.	MÉTODO.....	66
3.2.	CARACTERIZAÇÃO E DELINEAMENTO DA PESQUISA.....	66
3.2.1.	Tipo de Pesquisa.....	66
3.2.2.	Delineamento da Pesquisa.....	67
3.3.	UNIVERSO E AMOSTRA.....	67
3.3.1.	Critérios de Inclusão.....	69
3.3.2.	Critérios de Exclusão.....	69
3.4.	ASPECTOS ÉTICOS DA PESQUISA.....	69

3.4.1. Riscos da Pesquisa.....	70
3.4.2. Benefícios da Pesquisa.....	70
3.5. INSTRUMENTO PARA COLETA DE DADOS.....	70
3.5.1. Procedimentos para coleta de Dados.....	73
3.5.2. Limitações do Método.....	73
3.5.3. Produto Técnico Social.....	74
4. CAPÍTULO 4.....	75
4.1. APRESENTAÇÃO E ANÁLISE DOS RESULTADOS.....	75
4.2. Características do Perfil dos Participantes da Pesquisa.....	75
4.3. ANÁLISE ESTATÍSTICA.....	79
4.3.1. Análise de Estresse entre policiais que praticam e os que não praticam atividades de lazer.....	79
4.3.2. Nível e resiliência entre os policiais que já mataram e os que nunca fizeram.....	82
4.3.3. Nível de satisfação com a vida em policiais que gostariam ou não de mudar de profissão.....	85
4.3.4. Verificar se policiais que já tiveram colegas mortos ou feridos possuem maior índice de afetos positivos que os que não tiveram.....	87
5. CAPÍTULO 5.....	89
5.1. RESULTADOS.....	89
5.1.1. Resultado Estresse Percebido entre Policiais que praticam atividades de lazer e os que não praticam.....	89
5.1.2. Resultado Resiliência entre policiais de já mataram ou feriram e policiais que nunca mataram ou feriram.....	91
5.1.3. Resultado de Satisfação com a vida entre policiais que gostariam de mudar de profissão e os que não gostariam.....	93
5.1.4. Resultado de afetos positivos entre policiais que já tiveram colegas mortos ou feridos e os que não tiveram.....	95
5.1.5. Resultados de afetos negativos entre policiais que já tiveram colegas mortos ou feridos e os que não tiveram.....	97
6. CAPÍTULO 6.....	101
6.1. DISCUSSÃO.....	101
7. CAPÍTULO 7.....	103
7.1 CONCLUSÃO.....	103
7.2. PROPOSTA PARA TRABALHOS FUTUROS.....	104

REFERÊNCIAS.....	105
------------------	-----

1. CAPÍTULO 1

1.1. INTRODUÇÃO

A segurança pública no Brasil tem chamado a atenção pelo aumento da criminalidade que se manifesta cotidianamente. Por trás desse cenário estão os policiais da Brigada militares os quais no desempenho de seu trabalho se expõem diariamente a riscos diversos. O ingresso na Brigada militar aparece como uma oportunidade de ter um emprego estável para muitos que vivem uma situação de escassez de emprego, sem perspectivas de um futuro digno. Segundo Andrade et al. (2009), a falta de tranquilidade é hoje em dia uma realidade nacional para a população brasileira, porém a segurança pública é vista somente em seu sentido técnico, desconsiderando o policial enquanto pessoa.

Segundo Camargo e Oliveira (2004), o ambiente de trabalho pode produzir danos psicológicos e físicos ao trabalhador, e o trabalho preventivo, assim como a conscientização dos envolvidos e implantação de medidas eficazes, podem favorecer na proteção e prevenção em agravos à saúde do trabalhador.

Desta forma, a qualidade de vida, principalmente no trabalho, tem sua importância nesse propósito de se medir a saúde psicológica do policial em quaisquer circunstâncias em que ele se encontre, ou pelas situações que já passou.

O tema em estudo é voltado à área da Psicologia Positiva, que segundo Hutz e Rosa (2008), é uma corrente de pensamento psicológico que objetiva o estudo de características que favoreçam o desenvolvimento satisfatório.

O meu contato pessoal com a Brigada Militar se dá através da atividade profissional de Assistente Social, onde atendo diariamente policiais militares, em sua grande maioria soldados e sargentos, os quais procuram o setor de Serviço Social por diversos motivos, entre os quais: Necessidade de transferência por motivos de doença em familiar dependente, não adaptação do militar ou esposa na cidade onde o militar trabalha, solicitação de algum auxílio material ou orientação de como acessar algum direito.

Em entrevistas realizadas, através da escuta sensível, é claramente perceptível que esse profissional que demonstra tanta braveza e coragem aos olhos da sociedade, é um ser humano como outro qualquer, que tem suas limitações, seus problemas, como também vibra com conquistas alcançadas por menores que sejam,

e dentro desse convívio é possível vislumbrar toda a tendência ao estresse profissional e tudo que necessitam é a capacidade de solução de conflitos, buscando seu valor dentro da realidade atual

Esta dissertação busca entender como esses policiais enfrentam o cotidiano, e como aprimorar a eficácia de atuação junto a esse público, na avaliação e encaminhamento de questões, sugerindo alternativas que possam nortear o brigadista proporcionando uma melhor qualidade de vida, trazendo todos os pontos que estão propostos nesta pesquisa para a realidade do profissional, a fim de desenvolver o que considero mais importante, e que é o pilar de uma trajetória de sucesso, a satisfação com a vida.

Calazans (2009), aponta que esses servidores apresentam elevado grau de sofrimento no desempenho profissional, isto por consequência da crescente violência que circunda a atividade profissional e o não reconhecimento por parte da sociedade.

“O conceito negativo emitido sobre eles pelas várias camadas sociais, está entranhado na cultura, além disso, legitima e naturaliza a violência que os tornam vítimas, muito mais que a qualquer profissional durante a jornada de trabalho ou nos tempos de folga, quando aumentam as ocorrências de lesões e traumas de que são vítimas, envolvendo a atividade policial no chamado bico. (CALAZANS, 2009)

Houve então a necessidade de analisar métodos estatísticos e todas informações necessárias que pudessem avaliar e apresentar de forma quantitativa respostas às questões que orientam este estudo.

O capítulo 1 faz a introdução da pesquisa realizada, a seguir define-se o problema do estudo e adentra aos objetivos gerais e específicos, a justificativa do tema escolhido e a delimitação da área de estudo.

O capítulo 2 apresenta o referencial teórico julgado necessário para elencar a discussão do tema e a proposta basilar da dissertação está respaldada na historiografia da Brigada Militar, e sua corporação como foco de estudo a fim de compreender os aspectos que envolvem as suas variáveis e desenhar de forma avaliativa relacionada ao trabalho dos brigadistas, onde se experimenta ao longo dos anos o prazer e o sofrimento de exercer a função de policial da Brigada Militar.

O capítulo 3 é abordado aspectos metodológicos para realização da pesquisa, quanto aos métodos e abordagem, a delimitação da amostra, o instrumento de pesquisa, a coleta de dados estatísticos e por fim métodos de análise.

O capítulo 4 é apresentado análise dos resultados e análise estatística

O capítulo 5, traz os resultados obtidos na pesquisa

O capítulo 6 apresenta as discussões e avaliação dos objetivos desta dissertação a partir da discussão dos resultados obtidos através de pesquisa

O capítulo 7 apresenta as considerações finais do estudo e em seguida a proposta para trabalhos futuros e sugestões.

1.2. DEFINIÇÃO DO PROBLEMA

Diante da realidade do cotidiano dos policiais da Brigada Militar, surge a seguinte questão: Quais os caminhos seguir dentro da área da saúde e desenvolvimento humano para trazer a esses policiais militares a ajuda que cada um busca dentro de si, já que o ambiente de estresse que os circundam faz muitas vezes com que esses policiais se desliguem emocionalmente até mesmo de convívio familiar, não sendo apenas o policial que sofre com as duras rotinas de seu trabalho, mas também sua família?

A criação de um programa de prevenção ao estresse, pode de certa forma surgir como o limiar de uma solução que parece muito distante, muitas vezes também dentro da corporação os policiais possuem certa resistência em compreender a necessidade de ajuda e admitirem problemas emocionais.

Ressaltando que deve ser acompanhado de perto, já que muitas vezes, mudanças são imperceptíveis, quando se trata de alterações emocionais por conta do estresse e do convívio com a crescente violência.

A realidade da violência no Rio Grande do Sul em especial se revela através de levantamento realizado pela PROSERGS - Secretaria de Segurança Pública do Rio Grande do Sul.

O gráfico 1 apresenta dentre os 496 municípios da capital Porto Alegre, âmbito da pesquisa, 16 municípios com maiores índices de violência, com uma amostra referente ao mês de dezembro de 2017, confirmando a grande dimensão de ocorrências que policiais da Brigada Militar atendem.

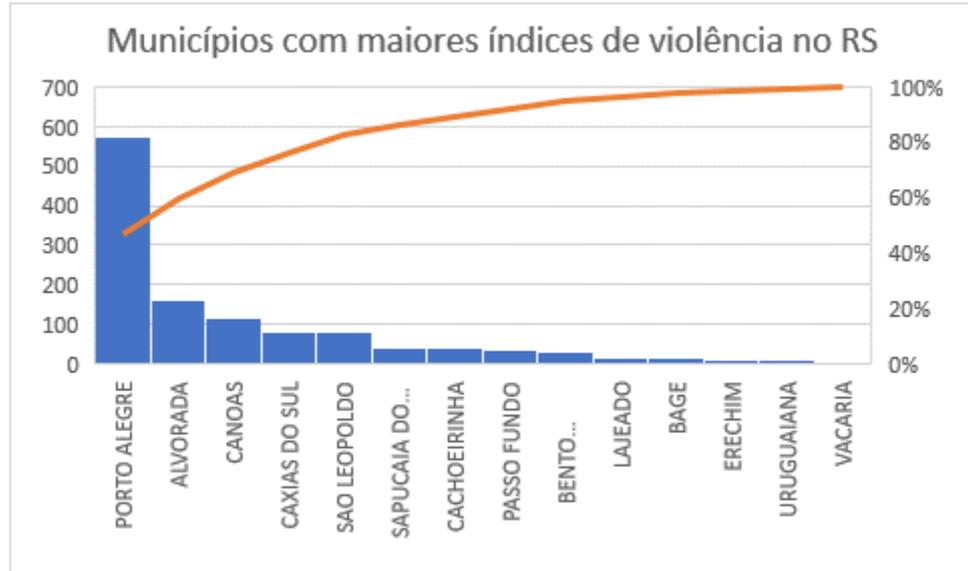


Gráfico 1- Amostra de indicadores criminais em 16 municípios com maiores índices de violência referente ao período de Dezembro de 2017.
Fonte: SSP/RS – PROCERGRS/SIP (2018)

O gráfico 2 apresenta de modo geral as ocorrências registradas no Rio Grande do Sul, no período de 01 de janeiro a dezembro de 2017, o crime de abigeato¹ tem crescido e contado na somatória de furtos.



Gráfico 2-Ocorrências registradas no período de 01 de Janeiro a 31 de dezembro de 2017 no RS.
Fonte: SSP/RS – PROCERGRS/SIP (2018).

¹ Abigeato: O crime de abigeato consiste na subtração indevida de animais criados em zona rural. Em outras palavras, trata-se do roubo de animais – vivos ou carneados no local do crime. Gado, equinos, ovelhas e, até mesmo, aves, podem ser os objetos furtados em um abigeato.

O gráfico 3 apresenta o recorrente índice de ocorrências bancárias no Estado do Rio Grande do Sul.

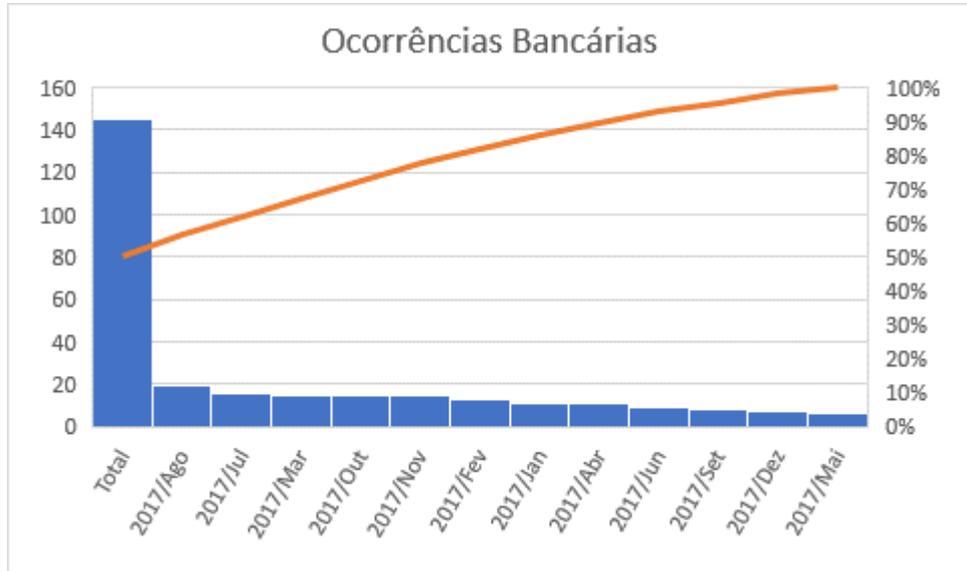


Gráfico 3- Índice de ocorrências bancárias no período de 01 de janeiro a 31 de dezembro de 2017.
Fonte: Fonte: SSP/RS – PROCERGRS/SIP (2018)

O gráfico 4 demonstra o elevado índice de ocorrência a estabelecimentos.

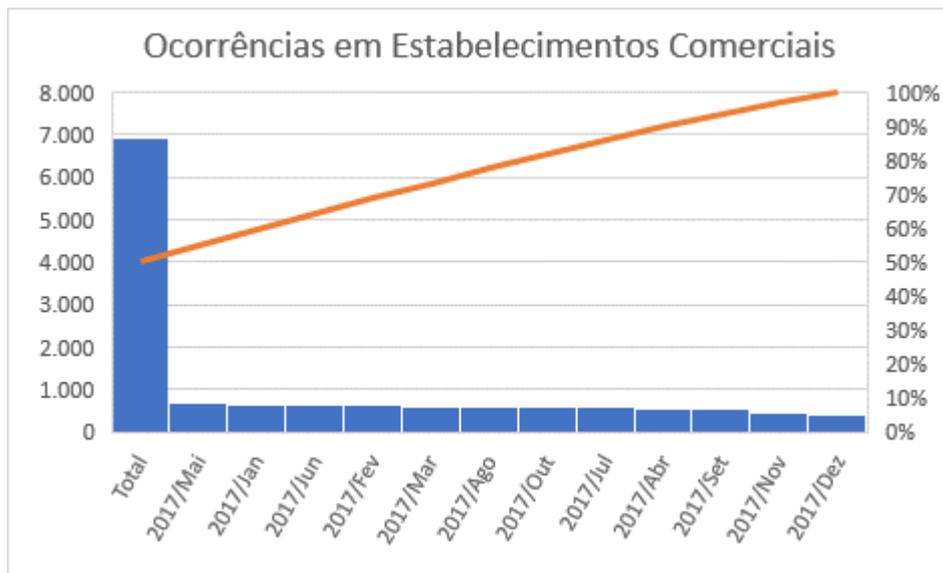


Gráfico 4- Ocorrências registradas em Estabelecimentos no período de 01 e janeiro a 31 de dezembro de 2017.

Fonte: Fonte: SSP/RS – PROCERGRS/SIP (2018)

O gráfico 5 encerra a breve pesquisa sobre o elevado índice de violência com a qual policiais da brigada militar convivem diariamente, que são ocorrências registradas em transportes coletivos e lotações.

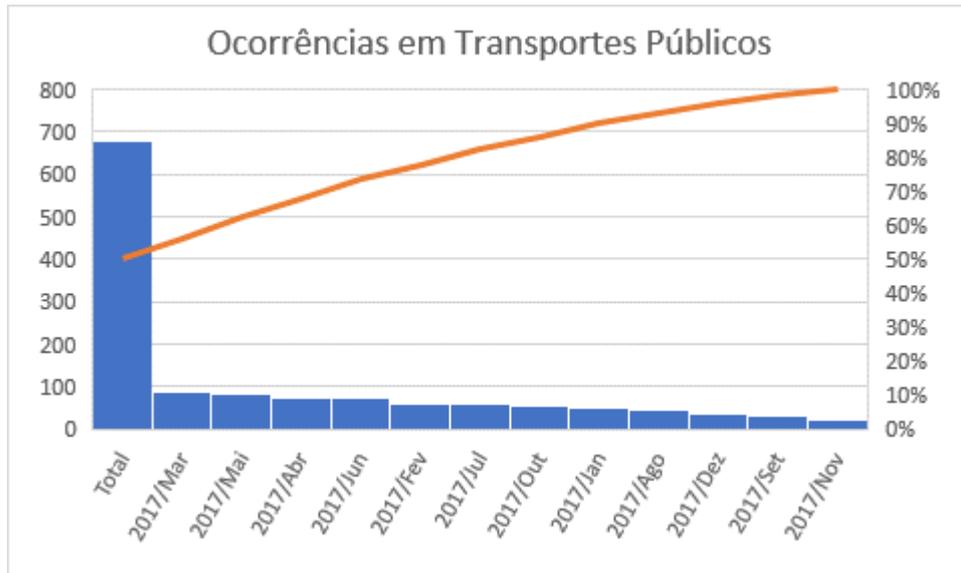


Gráfico 5- Ocorrências registradas em transportes coletivos e lotações no RS.
Fonte: Fonte: SSP/RS – PROCERGRS/SIP (2018)

1.3. OBJETIVOS

1.3.1. *Objetivo Geral*

Identificar e avaliar afetos positivos e negativos, satisfação com a vida, resiliência e estresse percebido em militares estaduais.

1.3.2. *Objetivos Específicos*

- Analisar o nível de estresse entre policiais que praticam e os que não praticam atividades de lazer;
- Analisar o nível de resiliência entre os policiais que já mataram ou feriram e os que nunca o fizeram;
- Verificar se policiais que não gostariam de mudar de profissão estão mais satisfeitos com a vida do que os que gostariam de mudar de profissão;

- Verificar se policiais que tiveram colegas mortos ou feridos possuem maior índice de afetos positivos do que os que não tiveram;

1.4. JUSTIFICATIVA

A pesquisa justifica-se mediante à observação referente à situações de estresse percebido presente constantemente na vida dos policiais militares em geral, sendo uma categoria de profissionais expostos diariamente em situações de tensão emocional, devido à natureza de seu trabalho, portanto, faz-se necessário acompanhamento para avaliar o afeto positivo e negativo, a satisfação com a vida e resiliência e estresse percebido nesses profissionais.

Sendo este um assunto de pouco conhecimento e que poderá subsidiar a busca por alternativas que possam contribuir para a promoção da saúde emocional desses profissionais.

1.5. DELIMITAÇÃO DO ESTUDO

A pesquisa delimita-se à área geográfica de Porto Alegre e está inserida na linha de pesquisa Avaliação e Promoção em Saúde que integra o mestrado em Saúde e Desenvolvimento Humano do Centro Universitário LA SALLE, Canoas- RS.

A figura 1 apresenta a região delimitada do estudo.

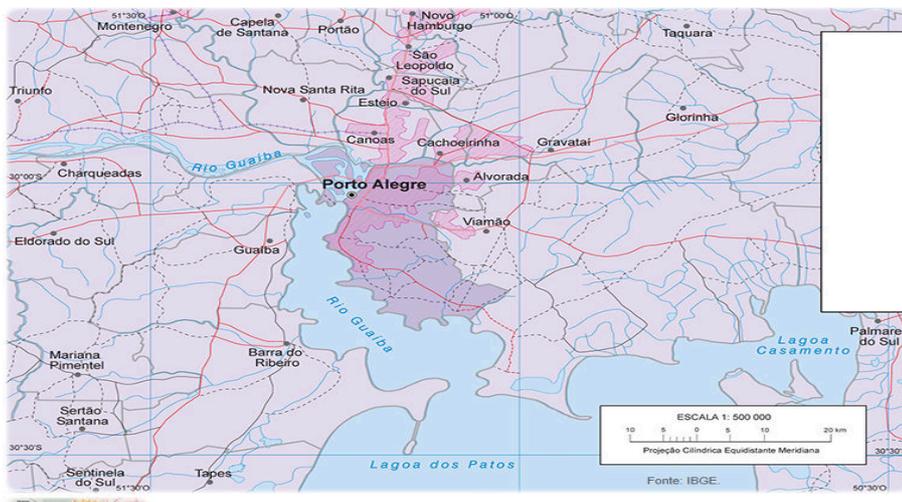


Figura 1 – Mapa Regional da capital do Rio Grande do Sul – Porto Alegre
Fonte: BRASILTURISMO.COM (2018)

A Figura 2 apresenta o mapa da Região do Estado do Rio Grande do Sul.



Figura 2- Mapa da Região do Rio Grande do Sul
 Fonte: Fonte: BRASILTURISMO.COM (2018)

1.6. MAPA MENTAL

Segundo Archela et. al., estes são ferramentas, entre outras coisas, de pensamento, de organização, de visualização, de integração de conhecimentos.

A figura 3 a seguir, apresenta as segmentações principais, que orienta o estudo e a compreensão do foco da pesquisa.



Figura 3- Mapa Mental Brigada Militar
 Fonte: Elaborado pela autora (2018)

Assim como uma ferramenta comum expande sua força física e em geral sua capacidade de realizar consertos e produzir objetos, também os mapas mentais expandem sua inteligência nesses aspectos (ARCHELA *et al.*, 2004).

2. CAPÍTULO 2

2.1. A HISTÓRIA DA POLÍCIA MILITAR NO BRASIL.

A polícia, segundo Lazzarine (2008), é a instituição que tem a autenticidade para agir numa situação que não deveria acontecer, porém se acontecer, é a única que pode intervir. O autor afirma também que é uma organização administrativa que possui a especificidade de pôr limitações a liberdade (individual/coletiva) na exata (mais será abusivo) medida necessária a salvaguarda e manutenção da ordem pública;

De acordo com os estudos de Holley(1997), a história da polícia parte de uma herança escravocrata, clientelista e autoritária, se observa numa comum operação policial, quanto ao tratamento diferenciado levando em conta o estrato social ao que pertence o “cidadão”, o autor acredita que essa raiz perdura até a atualidade.

O Museu Nacional do Rio de Janeiro, preserva a documentação original que relata a origem da polícia militar brasileira nos meados de 1530 com a chegada de Martim Afonso de Souza, enviado ao Brasil.

A data precisa sobre a instituição polícia no Brasil ainda há uma discussão sobre seu marco regulatório, alguns estudiosos da área acredita que a origem se deu pela primeira guarda militar em solo brasileiro que acompanhava o 1º governador geral da Colônia-Martim Afonso de Souza- no início do século XVI. (FAORO, 1997).

De acordo com os estudos, os primeiros anos do Brasil império não se faz referências de uma polícia militar profissionalizada, o que se encontra a respeito dessa polícia, é que eram frágeis, articuladas, incapacitadas e disciplinadas, porém servia para as necessidades do momento. Com o passar dos anos e com a consolidação do império, foi possível ver a polícia receber funções mais específicas a partir de uma organização urbana, e todas as atribuições jurídicas para o desempenho de uma polícia militar (Muniz, 2001).

O mesmo autor ainda comenta que o ponto crucial da consolidação da polícia militar no Brasil, ocorre a partir da abdicação de D. Pedro I e o estabelecimento do período regencial, momento que o então ministro da justiça e padre Diogo Antônio Feijó, ordena extinguir todos os corpos policiais existentes na época e manda criar um único corpo, a guarda municipal de voluntários por províncias, chamado de

“Corpo de Guardas Municipais Permanentes”, que possuía a função de “exercer as atribuições da extinta guarda real, bem como a tarefa de fiscalização da coleta de impostos.” (MUNIZ 2001:192).

Há vários momentos na historiografia da polícia militar no Brasil, desde suas primeiras atribuições como foi mencionado acima, sua fundação no império de forma que nesse período já surgia, antes mesmo da independência do Brasil, onde nesse período originou-se as duas instituições conhecidas como Polícia militar e Polícia Civil. Foi um processo de criação das polícias condicionado pelas disputas políticas de “Poder”, esse poder é referenciado por outro autor como:

“[...] toda oportunidade de impor sua própria vontade, no interior de uma relação social, até mesmo contra resistências, pouco importando em que repouse tal oportunidade”. De onde se deduz que, Max Weber entende por poder as oportunidades que um homem, ou um grupo de homens, têm de realizar sua vontade, mesmo contra a resistência de outros homens que participam da vida em sociedade. Ter poder, portanto, é conseguir impor sua vontade sobre a vontade de outras pessoas.”
Weber (1999, p. 219)

Esse “Poder” central se refere as lideranças locais e também através da realidade social e econômica da sociedade da época que era marcada por uma mentalidade conservadora de base escravista (HOLLOWAY, 1997).

Em 1808, foi criada a Intendência geral de Polícia da Corte, com a tarefa de zelar pelo abastecimento e pela ordem da cidade do Rio de Janeiro. Entre suas atribuições de acordo com o autor, estava investigação de crimes, captura de criminosos e escravos fugitivos. O intendente-geral de polícia ocupava cargo de desembargador, e possuía autoridade para prender, julgar e punir, seus poderes eram bem amplos, era mais que funções de polícia judiciária, o intendente-geral era um juiz com funções de polícia. (COSTA,2004).

A Proclamação da República, em 1889, inaugurou uma nova ordem política e houve a reorganização do aparato repressivo estatal. No aspecto social, a abolição da escravidão afetou diretamente o trabalho policial.

O papel das polícias no controle social concentrava-se na vigilância das classes.

Novos instrumentos e mecanismos de controle social precisaram ser desenvolvidos. Sob forte influência do direito positivo, houve a então reforma do

Código Penal em 1890. Uma vez que a ênfase deveria recair sobre o criminoso e não sobre o ato criminal, o novo código passou a dar maior importância às práticas comuns das ditas classes perigosas como vadiagem, prostituição, embriaguez e capoeira. (HOLLOWAY, 1997)

A ideia era permitir um melhor controle dos grupos perigosos, na medida em que seus hábitos passaram a ser considerados crime, segundo Holloway (1997).

Após o período imperial golpe de 1930 pôs fim ao arranjo político da Primeira República, já corrompido pelo clientelismo e pelo localismo, o autor relata que Getúlio Vargas chega ao poder com a intenção de inaugurar uma nova ordem política baseada num Estado forte o suficiente para conduzir a sociedade a novos rumos. (2004)

O regime autoritário de Vargas consolidado em 1937 é marcado pela excessiva centralização no plano federativo e pela limitação dos canais de participação no plano partidário, segundo Costa (2004).

A polícia iria ganhar um papel essencial na reforma desse regime autoritário

Suas tarefas foram dimensionadas, sendo de sua competência o controle dos grupos políticos dissidentes. Aqueles vistos como inimigos do Estado (comunistas, judeus, dissidentes políticos, entre outros) eram vigiados e controlados, juntamente com as classes pobres perigosas (CARVALHO, 2007).

Então com o fim do Estado Novo no final de 1945, a deposição de Getúlio Vargas foi apoiada pela por uma ação de civis e militares com grande participação das forças armadas e então uma nova transição começa no governo como diz em sua obra Mezzomo (2005), sobre a consolidação da Constituição de 1946, é possível ver as forças armadas descritas no texto constitucional:

“Art. 183. As polícias militares, instituídas para a segurança interna e a manutenção da ordem nos Estados, nos Territórios e no Distrito Federal, são consideradas, como forças auxiliares, reservas do Exército. Parágrafo único. Quando mobilizado a serviço da União em tempo de guerra externa ou civil, o seu pessoal gozará das mesmas vantagens atribuídas ao pessoal do Exército”

As polícias passaram por grandes mudanças para adequação às novas configurações constitucionais. Logo, nos primeiros meses do governo Vargas, desenvolveu-se uma abrangente reforma nos quadros da Polícia Civil do Distrito Federal e de alguns outros Estados. Delegados foram exonerados e substituídos por

pessoas de legítima confiança do regime. Esse foi o primeiro passo para o reestruturação da polícia brasileira. Em 1934, foi implementada uma ampla reforma na estrutura da Polícia – Decreto nº 24.531, de 2 de junho de 1934.

Além de redefinir funções e responsabilidades dos quadros, ampliou-se o poder do Chefe de Polícia e se expandiu a estrutura policial.

Como resultado dessas reformas, a chefia de Polícia suplantou a estrutura do Ministério da Justiça e exerceu poder direto sobre os órgãos de repressão federais e estaduais, conforme Costa (2004). Desta forma, o Golpe militar deu fim à democracia, onde instituiu um regime militar que perdurou até 1985. Para isso, usou e abusou da repressão, da tortura e das prisões. A violência policial foi o instrumento utilizado contra a dissidência política. Contudo, diferentemente do que ocorreu na ditadura de Vargas, não foram apenas as Polícias que praticaram a repressão política, mas também as Forças Armadas que, nesse período, detiveram o monopólio da coerção político-ideológica (COSTA, 2004).

Com o fim da era da ditadura militar em 1985, nasce uma perspectiva de mudanças, as inovações constitucionais, no âmbito da Segurança Pública, foram fundamentais, há uma tentativa legal de “mudança do paradigma” reativo para uma ação policial proativa (preventiva), bem como ocorreu a inserção do princípio da gestão participativa na resolução dos problemas da violência e da criminalidade, conforme se pode vislumbrar pela redação do Artigo 144 da Constituição Federal (BRASIL, 2010): “A segurança pública dever do Estado, direito e responsabilidade de todos, é exercida para preservação da ordem pública e da incolumidade das pessoas e do patrimônio [...]”.

A ordem constitucional erguida a partir de 1988 elegeu entre seus objetivos fundamentais a reformulação de uma sociedade livre, justa e solidária, o desenvolvimento nacional, a erradicação da pobreza, a redução das desigualdades sociais e o respeito à dignidade da pessoa humana. No modelo democrático, a Segurança Pública é via de acesso à cidadania plena, ao garantir o respeito à dignidade da pessoa humana e aos próprios Direitos Humanos (CARVALHO, 2007; SOARES, 2006).

2.2. HISTÓRIA DA BRIGADA MILITAR

A história da Brigada Militar que fora desenhada no seio da sociedade do Rio Grande do Sul depende, fundamentalmente, da sua compreensão desde suas mais remotas origens como formação do povo brasileiro no seu início e seu povoamento (SIMÕES, 2014).

Ao longo de sua existência passou por diversas transformações por conta das evoluções socioeconômicas do estado.

O surgimento da corporação tem indícios no período imperial, no momento que se definia o Estado brasileiro independente, nesse período, é possível segundo Simões (2014), encontrar as referências legais da Brigada militar.

Porém somente na Constituição de 1934, surge o texto Constitucional sobre as polícias militares, de acordo com o autor, nas constituições de 1824 a 1891 nada teria sido mencionado sobre as corporações policiais.

“[...] a Brigada Militar, desde sua origem no ano de 1837, adotou e sempre preservou, na acepção da palavra, os princípios basilares da hierarquia e da disciplina, insculpidos no seu diploma de criação, que é a Lei Provincial nº 7. Indiscutivelmente, aí reside uma das cartas da longevidade.”
(SIMÕES, 2014)

Ao Buscar uma definição da polícia militar, e conhecer a sua história, é necessário relacionar alguns fatores para um maior entendimento da instituição Brigada Militar, tanto em nível nacional e também no estado do Rio Grande do Sul.

Em todos os matizes que a representa ou a compõe, é necessário estudar sua história.

“A História não é algo estático e plenamente sistematizável. Daí porque história é sempre uma tarefa provisória e inacabada”

Do ponto de vista sociológico a história das polícias, não ultrapassou dois séculos de existência, tais organizações foram criadas pelo motivo dos exércitos não terem mais a intenção de manterem a ordem e a manutenção da segurança, diante das repressões sociais de lutas de classes que se tornavam mais frequentes no século XVII. (BENIÇA, 2001).

Ao estudar a historiografia das polícias militares no Brasil, verifica-se que as forças policiais estão ligadas à manutenção da ordem, isso em alguns momentos da

história do Brasil conduz as forças policiais a servirem para a sustentação do sistema político, muitas vezes defendido pelas oligarquias. (RIBEIRO, 2007).

Para entender melhor sua trajetória, após a descoberta do Brasil em 1500, pelos portugueses, expedições foram enviadas com o intuito de colonizar, onde Martin Afonso deu início à sua expedição em 1532, e mais adiante aportou no Brasil o fidalgo Tomé de Souza, com firme propósito de colonizar de forma efetiva e organizada. (SIMÕES, 2014).

Simões, 2014, ainda relata que durante todo trajeto dos colonizadores nas terras brasileiras, nesse período, por conta de mudanças entre os anos de 1580 e 1640, ocorreu a unificação dos reinos português e espanhol, que por consequência não foi possível tratar especificamente sobre a organização armada, por consequência do período interregno, porém, com a recuperação da independência política portuguesa por intermédio de D. João IV, houve a organização do exército Português, considerando os moldes da época. De acordo com Simões(2014), as forças portuguesas se dividiram em escalões e se deu até o início do Período Regencial.

A primeira denominação dada ao nosso Estado está associada à Expedição de Martin Afonso de Souza, que ocorreu no ano de 1532, e foi nesta primeira investida colonizadora que o Rio Grande do Sul ficou à margem de interesses portugueses, portanto, ficou inexplorado por aproximadamente dois séculos por causa da sua integração tardia em relação ao restante da América Portuguesa. (SIMÕES, 2014)

Entre expedições, organizações de defesa e manutenção da ordem, que nesta ocasião instalara o primeiro governo-geral no Brasil, e por sua vez, organizações militares eram atreladas ao governo português, mas multiplicando de forma progressiva seu efetivos. Segundo Simões(2014), na medida em que se estabeleciam as bases fundamentais da administração portuguesa na colônia, aumentava também a preocupação com a segurança.

Surge então, Dragões, Milícias e Ordenanças, que segundo o autor seria a origem mais remota da Brigada Militar. A tropa de dragões teve origem no Estado, dando origem por sua expansão aos Dragões de Rio Pardo, desenvolviam atividades de policiamento, para Simões(2014), exatamente por esta razão, esta instituição por seu engajamento eventual nesse tipo de serviço, teria sido a origem

mais remota da Brigada Militar, ressalta ainda, juntamente com os Dragões, fizeram-se presentes no cenário rio-grandense as ²milícias e ordenanças.

Brigada Militar é o nome que se dá a polícia militar do Rio Grande do Sul, entretanto, é a única polícia brasileira que possui nome próprio, ela se apresenta como uma corporação de uma história de 180 anos que se caracteriza no seu hino, além dos elementos valorizados nas culturas militares, o apreço a um passado de luta, exemplificado por elementos gaúchos.

A ideia informada é de que a história da Brigada Militar se mistura com a do Rio Grande do Sul, mensagem que se percebe em RIBEIRO ([Sd]: 47 p.) e no site oficial da instituição:

“Hoje constitui-se na Polícia Militar gaúcha, com mais de um século e meio de existência, cuja história confunde-se com a própria história do Estado do Rio Grande do Sul, ambientando-se às necessidades de segurança da população, incorporando atividades policiais diversas e de bombeiros. (BRIGADA MILITAR, 2003)”

De acordo com a Revista da Brigada Militar após a deflagração da Guerra dos Farrapos, o presidente da então província, Antonio Eliezário de Miranda e Brito, criou uma força policial com efetivo previsto de 363 homens, cuja missão era a manutenção da ordem pública, após sua regulamentação, em 1841, foram nomeados seus primeiros oficiais e o tenente-coronel do Exército Quintiliano José de Moura assumiu o comando da Corporação.

A partir daí, o Corpo Policial começou a executar o serviço de policiamento, iniciando o pleno exercício das suas funções. Logo depois, ainda segundo a história da Brigada Militar, em 1864 acontece a Guerra do Paraguai, entre alianças formada entre Brasil, Argentina e Uruguai, sintetizando sua causa, o real motivo desta guerra estava na tentativa de Francisco Solano López, praticar uma política expansionista que visava a ampliação do território Paraguaio, se apoderando de terras de países vizinhos, com o intuito de ter acesso ao mar pelo mar Montevideu no Uruguai, já que o Paraguai não tem acesso direto para o mar.(SILVA, 2011).

² “Milícias: em grande número de nossas Leis, dá-se o nome geral de Milícias, à Força Armada que seja de 1ª, 2ª ou 3ª linha, mas desde a promulgação do D. de 1796 a palavra Milícia indica tão somente a tropa de 2ª Linha, a qual até então, se achava organizada em Terços de Auxiliares, tanto no Brasil, quanto em Portugal.” CUNHA MATOS, Raimundo J. Repertório da Legislação Militar. Tipografia Nacional, 1837. Apud MARIANTE, Hélio Moro. Crônica da Brigada Militar gaúcha, p.23)

A corporação recebeu o nome de Brigada Militar em 1892, após a Proclamação da república foi promulgada a primeira constituição do Brasil.

Em 1892 com a transformação da Guarda Cívica em Brigada Militar, adquire a Corporação estrutura modelada pelos Corpos do Exército Nacional e tão bem o conseguiu que assimilou sua disciplina, instrução e armamento. Recebeu do Exército os primeiros ensinamentos, continuados pelos sucessivos comandantes. Sempre que criada por uma nova Unidade, sua estrutura e comando era efetuado por oficiais do Exército, nos moldes das Unidades do Exército Brasileiro. Seus primeiros instrutores eram oficiais comissionados da Corporação Federal, passando a disposição do governo do Estado, que dirigiam, vigiavam e fiscalizavam a instrução na Corporação e mais tarde deram estrutura e direção à Unidade de Ensino da Brigada Militar – o CIM. (BORGES, 1990).

Com o fim, da Primeira República, a Brigada Militar entra em um período de transição, ocorrendo forte alteração e investimentos na mudança da mentalidade, moldando as atividades das forças policiais para uma polícia ostensiva e de preservação da ordem. No dia 1º de fevereiro de 1936, o comandante João de Deus Canabarro Cunha, apresenta uma proposta para o governo do Estado de reorganização da Brigada Militar, estas reformas serviriam para alinhar a Brigada Militar com os novos rumos que o país começava a tomar a partir da revolução de 1930. Buscando também tornar as atividades desenvolvidas pela Brigada, em atividades próprias de polícias ostensivas e de preservação da ordem pública. (MEZZOMO, 2005).

Segundo Simões (2002), em agosto de 1948 foi aprovado o Regulamento Geral da Brigada Militar (RGBM), com o objetivo de orientar e esclarecer como se dá o funcionamento da Brigada Militar, além de gerenciar suas atuações, contando neste documento que “ a Brigada Militar, instituída para a segurança interna e manutenção da ordem no Estado é organizada com base na hierarquia e na disciplina militar, é considerada Força Auxiliar e Reserva do Exército Nacional nos termos da Constituição Federal” , com isso fica definida algumas funções e competências da Brigada Militar.

Exercer as funções da vigilância e garantia da ordem Pública, a prevenção de incêndio e combate ao fogo, na conformidade das leis” e “Atender à convocação pelo Governo Federal nos casos e mobilização ou de guerra, de acordo com a legislação da União” (SIMÕES, 2002)

A Brigada Militar tem um histórico bastante amplo de suas ações, de acordo com a Revista da Brigada Militar, edição comemorativa de 175 anos de Brigada, desde que fora criada para a manutenção da ordem pública tem realizado grandes feitos na história, após receber o nome de Brigada Militar, a corporação já ampliara sua estrutura antes da Revolução Assisista, isto porque com a proximidade de eleições presidenciais houve por conta da situação política do estado grande tumulto, de um lado apresentou-se o candidato Antônio Augusto Borges de Medeiros, e na sua oposição o candidato Assis Brasil, e por causa da vitória do primeiro governando há duas décadas, a inconformação tomou conta dos opositores dando lugar a “Revolução Assisista”, segundo a história da Brigada Militar pelo institucional comemorativo de 180 anos da Brigada Militar(brigadamilitar.rs.gov.br, 2016), onde as tropas legais ou governistas foram abrigadas por contingentes da Brigada militar, e pelos corpos auxiliares sob o comando do comandante geral da corporação e a supervisão de borges de Medeiros.

De acordo com a Revista Comemorativa dos 175 anos da brigada publicada em 2012, a Revolução de 1924, também foi cenário de combate da Brigada Militar.

Foi um movimento com repercussão em vários Estados, em protesto à insensibilidade dos chefes políticos, à maneira como os presidentes da República eram eleitos.

“Mal acabou a Revolução Assisista no Estado e eclodiu, em São Paulo, em 5 de julho, a Revolução de 1924. O movimento, deflagrado na data do segundo aniversário da Revolta dos 18 do Forte de Copacabana, foi comandado pelo general Isidoro Dias Lopes e teve a participação de diversos tenentes.” (Revista da Brigada Militar, 2012)

Brigadianos também participaram da Revolução de 1930, revolução para a sucessão da Presidência da República, que segundo o institucional da corporação (brigadamilitar.rs.gov.br, 2016) a Brigada Militar mobilizou-se totalmente participando do combate na capital gaúcha, e segundo o institucional, dois anos depois foi enviada a São Paulo, a fim de apoiar o governo federal a revolução constitucionalista.

Através do Movimento Tenentista, iniciado em 1922, aliado às dissidências oligárquicas ocorridas no final da década, levou à Revolução de 1930. O país rebelou-se contra o Governo Federal e o Rio Grande do Sul passou a liderar a oposição, formando uma aliança liberal com Minas Gerais e Paraíba, a fim de

enfrentar a monopolização do poder de São Paulo, lutando pela legalidade. (Revista da Brigada Militar, 2012).

“De acordo com os textos históricos de Maj. Da Silva (2011), a Brigada Militar passava por um momento de transição, pois seus homens, antes preparados unicamente para a guerra, iniciavam o serviço de policiamento, atuou como força de sustentação da autoridade do governador Leonel Brizola contra o veto dos ministros militares à posse de João Goulart. Todos os contingentes possíveis da Corporação, que se encontravam destacados nos municípios vizinhos, deslocaram-se para Porto Alegre, tomando todas as posições que o Estado Maior da Brigada Militar entendia conveniente.”

Após longo tempo de atuação como força bélica, mudanças importantes ocorreram na Brigada Militar, após a crise da Republicana, por meio dos sistemas políticos administrativos da época. Assim, no início da República Nova, a Corporação direcionou-se para o policiamento fortalecido e de atuação, assumindo o Corpo de Bombeiros, contudo, apenas em 1967, as polícias militares tornaram-se responsáveis pelo policiamento generalizado, atuando como força de dissuasão ou de forma repressiva mediante perturbação e desordem pública, com a missão de atender à convocação do Governo Federal em caso de guerra externa ou ameaça irruptivas. Naquele mesmo ano, as Guardas Cívicas e de Trânsito foram extintas.” (Revista da Brigada Militar, 2012).

A Brigada Militar aumentou sua atividade de polícia atuante, depois de um longo período de ação como força bélica, transformações ocorreram na Brigada Militar, principalmente após a crise da República Oligárquica, em 1930, ao se estabelecer alterações nos sistemas político e administrativo do Brasil. Assim, com o início da República Nova, a Corporação ganhou forças no policiamento ostensivo, além de assumir o Corpo de Bombeiros.

O marco histórico do início da brigada militar se deu com a implantação da segunda república com a constituição de 1934 e logo após a constituição de 1937, em decorrência desta, a implantação do Estado Novo desencadeando uma série de medidas que determinaram mudanças no cenário político e administrativo do país até então vigente.

Dentre as diversas transformações que ocorreram as primeiras Constituições, ocorreram modificações dentro da Organização Básica da Brigada Militar entre 1936 até 1961.

Os novos tempos marcados pela fase transitiva da Brigada Militar exigiam, naturalmente, a adequação de sua organização básica, às novas exigências. Com isso a partir desse período em diante, as pretensões se davam em direção à execução da atividade de policiamento como forma prioritária de atuação.

As mudanças ocorreram em 1936 e a Brigada Militar passou por uma reorganização, segundo Simões(2014), o Quartel do Comando passa a denominar-se, Quartel General (QG), o Estado Maior (EM), com a absorção da Secretaria e assistência de pessoas, a Assistência de Material muda para Serviço de Inteligência(SI), os Serviços de fundos também muda, ligando-se ao Cmt G, o Centro de instrução Militar torna-se Unidade Autônoma, o 5º Batalhão de Infantaria (BI) é transformado em Batalhão de Sapadores (BS), os 1º, 2º, 3º e 4º Batalhão de Infantaria, é transformado em Batalhão de caçadores (BC) e o Regime Presidencial passa para denominação de Regimento Bento Gonçalves(RBG). Desse modo a partir desta reorganização, a Corporação em princípio preparava-se para novos desafios. (SIMÕES, 2014).

Após essa primeira reorganização da Brigada Militar, muitas outras se deram até meados de 1961.

“Aprendi que é uma profissão de risco. Tudo acontece de repente, e muitas situações são completamente diferentes. A chance de lidar com isso, conhecer as pessoas, é o que me atrai.”
(Anderson Cassel – Soldado recém-formado).

É notória a satisfação do soldado recém formado no cumprimento de seu dever, isto se dá por ser a Brigada Militar uma instituição com um legado na história brasileira, segundo Simões(2014), a história da brigada militar se torna cada vez mais relevante, tendo passado por períodos traçados numa trajetória histórica e evolutiva na constituição, traz consigo e em sua memória Dragões, Milícias e Ordenanças.

Simões ainda relata sobre as origens mais remotas da Brigada Militar, traçando seu caminho pela vinda da família Real, que também segundo MARIANTE(1972), em sua citação chama de Visão de Sena, a criação da guarda real de polícia, que segundo o autor, representa a origem das polícias militares da atualidade.

A Brigada Militar no início do século XX, após um cenário de revoltas durante maior parte da Primeira República, conduziu o Brasil, a um novo campo político gerando outras revoluções, como a de 1930, definindo o início de um novo governo, percebe-se então, segundo Ribeiro(2007), crescente envolvimento da Brigada Militar, estabelecendo apoio para uma revolução vitoriosa.

A Brigada Militar não se limita apenas a policiar, mas está presente sempre que a segurança e o bem-estar da sociedade estiverem ameaçados, para isso, conta com as unidades de policiamento ostensivo, rodoviário, ambiental, aéreo, operações especiais, atendimento ao turista, áreas de fronteiras e bombeiros. BRIGADA MILITAR-RS(2018).

A Brigada Militar possui a seguinte missão:

A segurança Pública, do dever do Estado, dever e responsabilidade e todos, é exercida para a preservação da ordem pública e da incolumidade das pessoas e do patrimônio através dos seguintes órgãos:

- I- Polícia Federal;
- II- Polícia Rodoviária Federal;
- III- Polícia Ferroviária Federal;
- IV- Policiais Civis;
- V- Policiais Militares e Corpo de Bombeiros Militares

§ 1º A polícia federal, instituída por lei como órgão permanente, organizado e mantido pela união e estruturado em carreira, destina-se a:

- I- Apurar infrações penais contra a ordem pública e social ou em detrimento de Bens, serviços e interesses da União ou de suas entidades autárquicas e empresas públicas, assim como outras infrações cuja prática tenha repercussão interestadual ou internacional, e exija repressão uniforme, segundo se dispuser a lei;
- II- Prevenir e reprimir o tráfico ilícito de entorpecentes e drogas afins contrabando e o desencaminho, sem prejuízo da ação fazendeira e de outros órgãos públicos nas respectivas áreas de competência;
- III- Exercer as funções de polícia marítima, aeroportuária e de fronteiras;
- IV- Exercer, com exclusividade, as funções de polícia judiciária da União;

§ 2º A polícia rodoviária federal, órgão permanente, organizado e mantido pela União e estruturado em carreira, destina-se, na forma da lei, ao patrulhamento ostensivo das rodovias federais;

§ 3º A polícia ferroviária federal, órgão permanente, organizado e mantido pela União e estruturado em carreira, destina-se, na forma da lei, ao patrulhamento ostensivo das ferrovias federais;

§ 4º Às polícias civis, dirigidas por delegados de polícia de carreira, incumbem, ressalvada a competência da União, as funções de polícia judiciária e a apuração de infrações penais, exceto os militares;

§ 5º Às polícias militares cabem a polícia ostensiva e a prestação da ordem pública; aos corpos de bombeiros militares, além das atribuições definidas em lei, incumbem a execução de atividades de defesa civil;

§ 6º Polícias militares e corpos de bombeiros militares, forças auxiliares e reservas do Exército, subordinam-se, juntamente com as polícias civis, aos Governadores dos Estados, do Distrito Federal e dos Territórios.

§ 7º A lei disciplinará a organização e o funcionamento dos órgãos responsáveis pela segurança pública, de maneira a garantir a eficiência de suas atividades.

§ 8º Os municípios poderão constituir guardas municipais destinadas à proteção de seus bens, serviços e instalações, conforme dispuser a lei.

§ 9º A remuneração dos servidores policiais integrantes dos órgãos relacionados neste artigo será fixada na forma do § 4º do art. 39.

§ 10º A segurança viária, exercida para a preservação da ordem pública e da incolumidade das pessoas e do seu patrimônio nas vias públicas:

I – Compreende a educação; engenharia e fiscalização de trânsito; além de outras atividades previstas em lei, que assegurem ao cidadão, o direito à mobilidade urbana eficiente; e

II – Compete, no âmbito dos Estados, do Distrito Federal e dos Municípios aos respectivos órgãos ou entidades executivos e seus agentes de trânsito, estruturados em carreira, na forma da lei.

(Constituição da República Federativa do Brasil de 1988- Art. 144.)

A figura 4 apresenta o organograma da estrutura hierárquica da Corporação Brigada Militar.

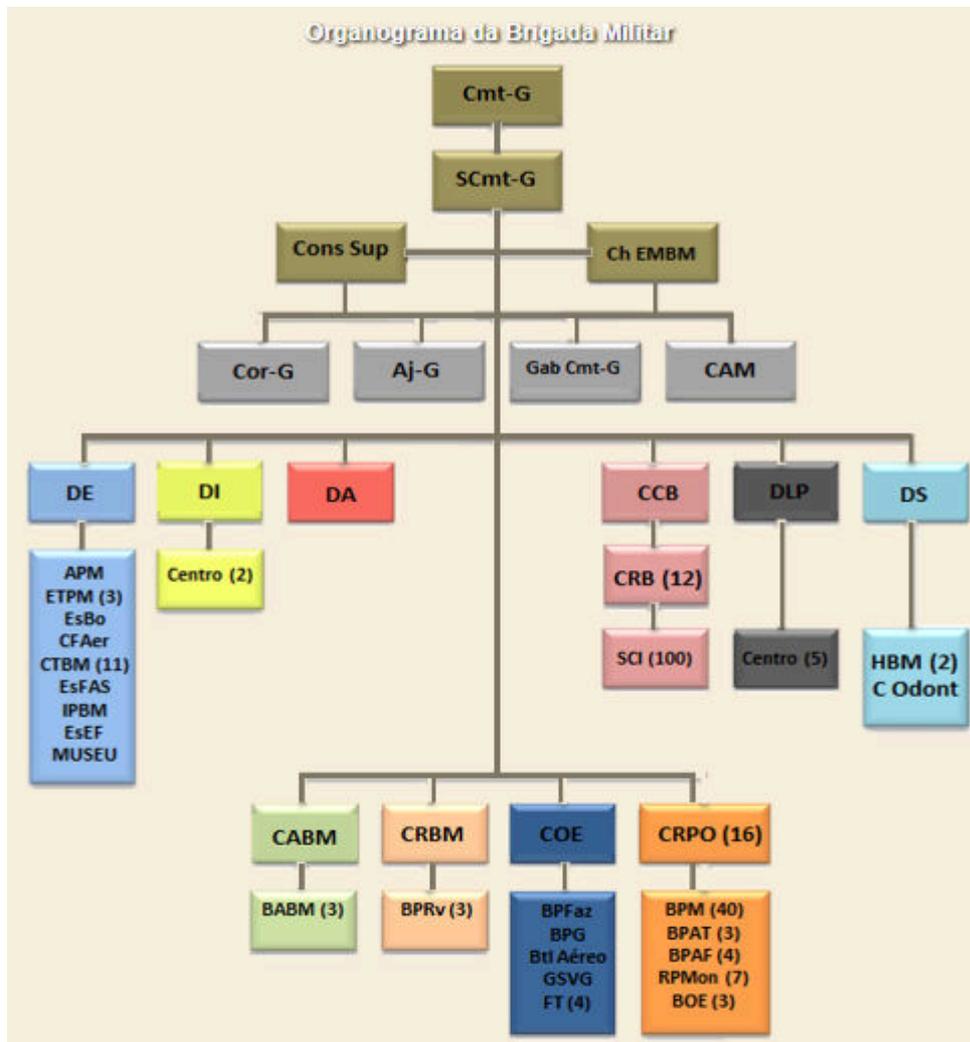


Figura 4- Organograma Hierárquico da Brigada Militar
Fonte: brigadamilitar.rs.gov.br(2018)

2.2.1. A Brigada Militar na Atualidade

Ao longo dos anos, a história da instituição Brigada Militar faz referências às inúmeras mudanças que ocorreram em sua trajetória, de acordo com Simões(2014) que escreveu as fases evolutivas da Brigada Militar desde sua criação, em 18 de novembro de 1937, quando fora implantado o governo novo, a Brigada Militar comemorava seu centenário.

Hoje com exatamente 180 anos, a história da instituição se perpetua, e na edição de aniversário de 175 anos da Brigada Militar no ano de 2012, relata que mesmo com o passar do tempo a Brigada Militar ainda constitui poder político e social que envolvem o Estado do Rio Grande do Sul.

Desde então a instituição recebeu diversas denominações, possuía o nome de Força Policial entre (1837 e 1873), Corpo Policial entre (1841 e março de 1892), Guarda Cívica entre (junho de 1889 e junho de 1892), Brigada Policial em (1892) e por fim Brigada Militar em (Outubro de 1892).

A Brigada Militar possui um regime interno que está baseado na hierarquia e disciplina, de acordo com a Lei 10.991 de 18 de agosto de 1997, a Brigada é a Polícia do Estado do Rio Grande do Sul, que dispõe no inciso V, parágrafos 5º e 6º do artigo 144 da Constituição Federal e dos artigos 129 e 132, da Constituição Estadual, competido-lhe as seguintes especificações:

- I. executar, com exclusividade ressalvada, competência das Forças Armadas, a polícia ostensiva, planejada pela autoridade policial militar competente, a fim de assegurar o cumprimento da lei, a manutenção da ordem pública e incolumidade das pessoas e do patrimônio, bem como o exercício dos poderes constituídos;
- II. atuar preventivamente, como força e dissuasão em locais ou áreas, onde se presume ser possível a perturbação de ordem pública;
- III. atuar repressivamente em casos de perturbação pública e no gerenciamento técnico de situações de alto risco;
- IV. exercer a polícia ostensiva de proteção ambiental;
- V. executar a guarda externa dos estabelecimentos prisionais do Estado;
- VI. atuar na fiscalização e controle de serviço e segurança particular no Estado;
- VII. exercer atividade de inteligência na Polícia Militar
- VIII. executar o serviço de prevenção e de combate a incêndios, bem como a investigação de incêndios e sinistros;
- IX. fiscalizar e controlar os serviços civis auxiliares de bombeiro;
- X. realizar os serviços de busca e salvamento aéreo, aquático e terrestre;
- XI. executar as atividades da defesa civil;
- XII. desempenhar outras atividades previstas em lei (BRIGADA MILITAR, 2014).

Hoje, a Brigada Militar atua em 16 Comandos, como os apresentados abaixo:

- CPC - Sede Porto Alegre
- CPM - Sede Canoas
- CRPOCS - Sede Guaíba
- CRPOMIS - Sede Santo Ângelo
- CRPOC - Sede Santa Maria
- CRPOFNO - Sede Santa Rosa
- CRPOLIT - Sede Osório
- CRPOPLA - Sede Passo Fundo
- CRPOSER - Sede Caxias do Sul
- CRPOS - Sede Pelotas
- CRPOVT - Sede Lajeado
- CRPOVC - Sede Montenegro
- CRPOVRS - Sede Novo Hamburgo
- CRPOVRP - Sede Santa Cruz do Sul
- CRPOAJ - Sede Cruz Alta

A figura 5 apresenta o mapa os 16 comandos que compõe a estrutura da Brigada Militar.

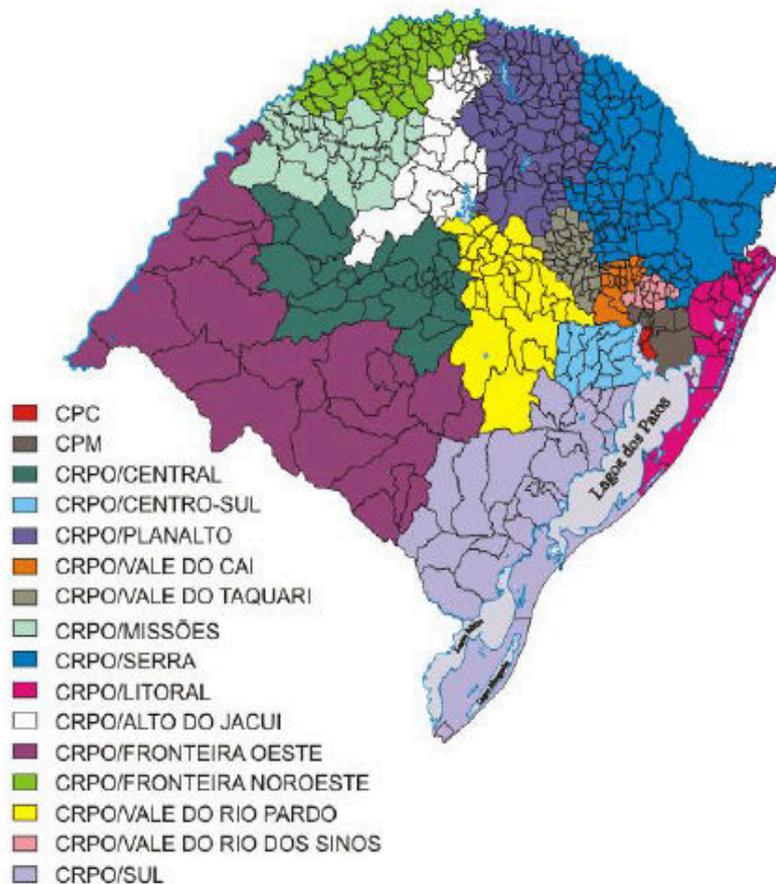


Figura 5 – Comandos Regionais da Brigada Militar
Fonte: brigadamilitar.rs.gov.br (2018)

A Brigada Militar também possui hoje, o Instituto de Pesquisa da Brigada Militar (IPBM) que foi criado pelo decreto lei 32.996, de 12 de outubro de 1988, é um órgão que está subordinado ao Departamento de Ensino da Brigada Militar.

Sendo um órgão de fomento à pesquisa e desenvolvimento, encarregado pelo planejamento, da coordenação e execução de projetos em campos diversos da instituição, possui inúmeras atribuições de incentivo à pesquisa, entre estas estão: manter cadastros de pesquisadores, pesquisas e afins, acompanhar e avaliar os projetos de pesquisas, estudos técnicos e obras científicas, elaborar projetos e proceder pesquisas encomendadas pelo escalão superior ou de sua iniciativa, efetuar intercâmbio técnico-científico com organizações e pesquisas, difundir o conhecimento produzido para a comunidade, buscando sua aplicação no exercício das atividades institucionais, estimular e desenvolver o comportamento investigativo e de produção científica na instituição.(IPMB-RS,2016)

Além de apoiar, coordenar e executar projetos no âmbito da instituição, em todas as áreas de conhecimento afins às competências e a instituição Brigada Militar do Rio Grande do Sul. É importante apontar que seus valores e missão está em produzir conhecimentos científicos, por meio da pesquisa científica, aprimorando e desenvolvendo a temática de segurança pública, essencialmente nas áreas de polícia ostensiva e de bombeiros (IPBM-RS,2016).

2.3. SAÚDE MENTAL DO POLICIAL: CONTRIBUIÇÕES DA PSICOLOGIA POSITIVA

A psicologia se propunha antes da segunda guerra mundial o desenvolvimento de três atividades distintas: a cura de doenças mentais, desenvolver meios de transformar a vida mais produtivas e encontrar e dar suporte aos jovens com habilidades excepcionais, (SELIGMAN & CZIKSZENTMIHALYI, 2000).

A Psicologia positiva passou a dar maior ênfase aos aspectos anormais do comportamento humano, e que seu principal objetivo após o período de guerra foi estudar as características humanas, a fim de proporcionar o desenvolvimento ótimo. (GONÇALVES & LEITE, 2009)

Neste contexto, a psicologia mudou sua visão, direcionando assim para um modelo disfuncional do ser humano, cujo foco principal era a doença. Para PALUDO

& KOLLER, naquela época, historicamente, e durante um período do século XX, os estudos estavam voltados tão somente para os fatores considerados como anormais do comportamento humano. Em contraposição a este pensamento, surge então a Psicologia Positiva, uma corrente da psicologia com o objetivo maior de estudar as características humanas capazes de propiciar seu desenvolvimento ótimo. A proposta basilar está em constatar um equilíbrio relacionado à perspectiva anterior, sugerindo assim que as falhas e as aptidões das pessoas devem ser investigadas conjuntamente. Conforme analisa PÉREZ RAMOS (2004 p.58),

“Esta abordagem vem mudar a direção do “pêndulo” da ciência psicológica, em suas diversas áreas, em vez de inclinar-se, como vem acontecendo, aos problemas da natureza patológica, volta-se ao centro para buscar uma integração “balanceada” entre o enfoque nas deficiências e anormalidades e no potencial humano, traduzido este último por habilidade, criatividade, esperança, otimismo, autoestima positiva e felicidade.”

Em suma, esta corrente psicológica tem como objetivo precípua gerar a mudança no foco de preocupação com os coisas ruins da vida seguindo em lado oposto. Sendo assim, este resgate de mudança de posições possibilitou também a investigação numa visão geral, no campo da Psicologia Positiva, direcionando e norteando este estudo.

2.4. AFETOS POSITIVOS E NEGATIVOS

Há mais de uma década atuando nos aspectos positivos e suas potencialidades, dando ênfase aos fenômenos como: otimismo, altruísmo, felicidade, satisfação, alegria, entre outros, notou que tais aspectos de certa forma deveriam ser priorizados, não deixando de observar os fenômenos negativos, como depressão, angústia, ansiedade ou agressividade, porém, todos esses fatores participam do processo do desenvolvimento psicológico humano, embora, este pensamento atue com maior foco nos aspectos positivos, acredita que, segundo LINLEY, et. al (2006), “[...] A esta postura, que não nega os problemas humanos, mas concentra-se nos seus aspectos “virtuosos” e no desenvolvimento ótimo, deu-se o nome de psicologia positiva”.

The Journal of Positive Psychology, (Jornal da Psicologia Positiva) em sua primeira edição lançada em janeiro de 2006, os autores observam que muito frequentemente, artigos, periódicos, debates e números especiais sobre o tema vêm aumentando consideravelmente desde o início deste presente século.

Atualmente, há uma notável evidência empírica em que personalidade é um importante preditor da dimensão que abrange o BES (Bem-estar subjetivo) que envolve o emocional e que é constituído por afetos positivos e afetos negativos, cabendo avaliar a relação entre esses afetos.

Em filosofia, literaturas e artes comumente há uma vasta cultura de gerações configurando vida como uma tragédia. Há personalidades que ao longo dos séculos deixaram suas contribuições literárias no que referencia esse sentimento que imerge do fundo do desconhecido. Machado de Assis, em Memórias Póstumas de Brás Cubas, escreveu “*Não tive filhos, não transmiti a nenhuma criatura o legado da nossa miséria*”, Sóclofes, em *Oedipus at Colonus*, disse: “ *Not to be born is, past all prizing, best*”, (“Não nascer, é antes de tudo, o melhor”) Wood Allen desenhou a vida em dois tipos: aquela que é horrível e aquela que é apenas infeliz, e para fechar estas colocações por intermédio das exatas, para o matemático e filósofo inglês Bertand Russel, (1872-1970), invariavelmente, a grande parte das pessoas é infeliz.

Há uma visível distinção que orienta a compreensão deste construto, permitindo assim que se divida os dois componentes, positivo e negativo. Para DIENER e LUCAS (2000), pessoas costumam avaliar suas condições de vida de aspectos variados de acordo com as expectativas de cada indivíduo, seus valores, suas experiências passadas. Surge então inúmeros aspectos para avaliar, como o BES (Bem-Estar Subjetivo), Bem-Estar Psicológico e Bem-Estar Social que traduzem muito bem esta corrente.

2.4.1. Bem-Estar Subjetivo

Termos como felicidade, afeto positivo, estado de espírito sugere a noção de bem-estar subjetivo, são termos utilizados em pesquisas e que de uma forma ampla exemplificam como os indivíduos avaliam suas vidas, de acordo com DIENER (1996). Precisamente, este constructo referencia como as pessoas vivenciam seus sentimentos positivamente. Dentro desta premissa se pode identificar algumas

definições que foram divididas em categorias por cientistas sociais e de comportamento a partir da década de 1970.

Estas categorias foram divididas em três classes, segundo DIENER (1984), primeiramente apoia-se em critérios externos, que define o que é desejável, ou seja, virtudes, santidade e pode ser nomeada de *definição normativa*, pois define que a satisfação não é considerada como um estado subjetivo, mas sim como um estado desejável, define regras no que é desejável, já a segunda categoria investiga o que realmente leva as pessoas avaliarem suas vidas nos aspectos positivos, chama-se satisfação de vida, e é utilizado o padrão de respondentes objetivando identificar o que é de fato vida feliz.

Na literatura científica, facilmente se encontra bem-estar semelhante a felicidade, e quando se fala de saúde, bem-estar e qualidade de vida, também se relacionam entre si, e não há uma distinção específica entre estes termos cada um deles é usado para definir ou explicar o outro, e segundo ALBUQUERQUE; TRÓCCOLI (2004), a ausência de vivências negativas, não constitui necessariamente a presença de experiências positivas, portanto é importante investigar que variáveis pessoais ou organizacionais podem influenciar experiências positivas. Portanto entende-se que o bem-estar positivo não se caracteriza com a ausência de fatores negativo, porém a predominância de afetos positivos sobre negativos.

Outra evidência intrínseca aos estudos sobre bem-estar subjetivo é que também focalizam os estados de longo prazo e não somente os humores momentâneos. O atrativo está nos humores das pessoas ao longo do tempo, ainda que esses humores estejam sujeitos a alterações à medida que novos eventos aconteçam (DIENER et al., 1997). Observa-se, assim, tanto as características individuais como as influências ambientais nas transformações do bem-estar subjetivo.

2.4.2. Bem-Estar Psicológico

Um modelo considerado multidimensional com inúmeras variáveis e de acordo com NASCIMENTO (2006), possui elementos de individualidade e com propriedades sociodemográficas, e coopera para caracterizar em que dimensões o indivíduo

exerce aptidões cognitivas para solucionar os diversos estímulos que aparecem no transcorrer da vida.

Trata-se do entendimento que o indivíduo tem em relação ao comprometimento com os obstáculos vivenciados, concepção distinguida por um estado absoluto de um movimento psicológico positivo do indivíduo, isto incorporado à junção emocional, coletiva e de equilíbrio pessoal.

Considerando o pensamento de RYFF (1989), o bem-estar psicológico engloba seis componentes de ajustamento distintos que envolve o emocional, o social e a plenitude individual, que contribui para o desenvolvimento pessoal e saúde psíquica, esses componentes incluem a auto aceitação, a interação positiva com interpessoal, a autonomia, os propósitos de vida, o domínio de ambiente e o desenvolvimento pessoal.

Dentro desses componentes a *auto aceitação* refere-se como a pessoa é e como pode vir a ser, sendo considerada uma das características principais da saúde mental, envolvendo a autorrealização, performance psicológica positiva e a maturidade, a predisposição do indivíduo manter relações positivas que se caracterizam por vínculos significativos, afetuosos e leais.

O fato das pessoas desenvolverem relações pessoais positivas identificadas intrinsecamente, diz respeito à dimensão: *relação positiva* interpessoal, o que pode indicar aspectos de discernimento, caracterizado pela habilidade de possuir sentimentos de afinidades e compreensão emocional, indicando sinal de aprimoramento pessoal.

A percepção do sujeito em comparação à independência com que se desempenha vários setores da vida, vivenciando ações afirmativas e verdadeiras em contextos sociais diferenciados, além da *savoir-faire*³ de afrentar-se com desafios cotidianos positivamente, denomina-se *autonomia*.

Este aspecto apoia-se em padrões pessoais e dá ao indivíduo maior senso de liberdade e reagir a vida de forma positiva. As crenças do indivíduo são determinantes na compreensão de seu *propósito de vida*, levando ao alcance de uma maior conexão emocional em todo o transcorrer de sua vida. A capacidade de criar ambientes que gerem satisfação, capacitando a pessoa de solucionar com

³ *Savoir-faire*: substantivo masculino de dois números. Habilidade de obter êxito, graças a um comportamento maleável, enérgico e inteligente; tino, tato.

criatividade as adversidades que surgem ao longo da vida, se caracteriza por *domínios de ambientes*, possibilitando ao indivíduo resolver com habilidade dificuldades que surgem ao longo da sua trajetória. O contínuo desenvolvimento do potencial humano, e sua aptidão em aceitar desafios e solucioná-los se dá ao *desenvolvimento pessoal*, faculdades inerentes a autorrealização.

A compreensão do que é inerente ao ser humano, se revela no aspecto onde o indivíduo faz uma avaliação dos critérios que se encontra inserido, de acordo com a posição em que a sociedade aceita como verdade.

Existe uma realidade onde o indivíduo por não se enquadrar, segundo a sua ótica, no perfil ditado pela sociedade, o leva a crer que se encontra numa posição menos favorável e tende a sentir uma sensação de mal-estar, portanto esta predisposição em sobressair, assim o faz como possibilidade de demonstrar sua evolução.

De acordo com KEYES (1998), está fragmentado em 5 dimensões:

- ✓ Integração Social - Aponta o indivíduo e seus atributos numa relação constituída entre si e o meio social num aspecto ampliado, e até onde compreende que há similaridade relacionada ao grupo social ao qual pertence mais ampliado ou local e até que ponto entende que tem algo em comum em relação ao seu grupo social.
- ✓ Aceitação social - é um construto de personalidade e particularidades de outras pessoas como um padrão estendido;
- ✓ Contribuição social – Refere-se ao nível de entendimento que uma pessoa tem relacionado à sua expressividade para um específico grupo coletivo, conduzindo-o ao bem-estar comum;
- ✓ Atualização social – Uma avaliação sobre a potencialização do processo social onde o indivíduo admite sua possível realização dentro de um cenário social integrado;
- ✓ Coerência social – Expõe o discernimento da qualidade, organização e compreensão da sociedade;

2.5. SATISFAÇÃO COM A VIDA

Uma vida bem vivida é alvo de muitas indagações, levando em consideração que na sociedade atual as necessidades básicas são estabelecidas, o homem

focaliza cada vez mais em busca de uma vida que seja satisfatória e “feliz”, e com isso uma grande relevância de promover níveis de bem-estar nos indivíduos torna essa busca mais intensa.

A felicidade e o bem-estar são alvos de interesse de religiosos e filósofos numa busca incessante por respostas na mente humana já desde a antiguidade.

Segundo (DIENER, 1996), o conceito de felicidade ou bem-estar é muito vasto que pode ser a motivação subentendida ao comportamento humano.

De acordo com (SHUELLER & SELIGMAN, 2010), há um determinado tipo de pessoas que possuem maior predisposição para desenvolver satisfação com a vida, são pessoas com três aspectos predominantes: elas têm facilidade de aprimorar emoções positivas e prazer; envolvimento; significados, neste caso são abordagens distintas que caracterizam a satisfação com a vida.

Entretanto na psicologia positiva há duas abordagens empenhadas em investigar a felicidade. Segundo Albuquerque e Trocoli (2004), o bem-estar subjetivo corresponde ao estudo da felicidade, palavra que reflete os componentes afetivos do bem-estar subjetivo.

Para Simões (2006), a felicidade consistiria no domínio das emoções positivas sobre as negativas. De acordo com Diener (2005), a felicidade é um conceito que possui várias informações no discurso popular dando um significado global na satisfação de vida, como se ter uma vida boa, ou as causas que levam pessoas serem mais felizes.

Embora haja certo desencontro nas teorias referentes ao conceito felicidade e satisfação com a vida, há uma concordância quanto às suas abrangências: satisfação com a vida e afetos positivos e negativos estão interligados.

Segundo Emmons (1986), a satisfação com a vida seria o julgamento cognitivo de algum domínio determinante na vida do indivíduo, um processo conhecimento, de juízo onde a pessoa se avalia de acordo com um critério estabelecido por ele mesmo, e esse julgamento depende da comparação que ele faz com as circunstâncias de vida do indivíduo e o padrão por ele escolhido como sendo ideal.

Na literatura científica, demonstra que uma pessoa com alto grau de sentimento de bem-estar apresenta invariavelmente a satisfação com a vida, ou seja, a partir do momento que os aspectos negativos sobressaem os afetos positivos (Giacomoni, 2004).

O conceito de satisfação com a vida alcança uma forte corrente subjetiva, fazendo parte integrante da qualidade de vida das pessoas e um indicador importante no processo do desenvolvimento humano ao longo da vida.

É um conceito que, além de alcançar várias dimensões porque abrange todos os limites da vida como um todo, sendo um constructo dinâmico, onde julgamentos e emoções auto avaliativos se alteram com o passar do tempo.

Alcançar a satisfação de vida sugere assim que se adote, ao longo do curso de vida, formas de conexão ideal entre o indivíduo e o ambiente vivido, que se baseia no ajuste por meio de recursos pessoais e de certa forma as exigências impostas pelo social e pelos acontecimentos da vida.

Esta visão socioambiental segundo Fonseca (2006) permite compreender o comportamento social dos indivíduos numa perspectiva dinâmica e interacionista, avaliando os recursos pessoais e sociais e procurando intervir sobre eles numa perspectiva promovendo condições de vida que podem favorecer a satisfação com a vida.

2.6. RESILIÊNCIA

Resiliência tem sido um assunto muito pesquisado ultimamente, mas especificamente na última década por psicólogos e outros da área, e tem muito crédito na psicologia positiva, já que seus aspectos são conectados de forma substancial, também na Sociologia e da Psicanálise Filho & Tavares, 2005; Yunes, 2003; e outros). Para Grotberg (2005), resiliência é a capacidade humana de ter êxito diante das adversidades da vida, superá-las e, inclusive, ser fortalecido ou transformado por elas. Estando presente assim, em todas as faixas etárias e independe do nível socioeconômico.

É um assunto de grande interesse na psicologia, pois organiza compreensão dos procedimentos utilizados pelos indivíduos para suplantar situações opostas e os estudos das formas utilizadas por estes indivíduos ajudam para que os profissionais possam reflexionar a respeito da sua prática e delimitar, a partir desta, formas de agir para maximizar o progresso da resiliência em seus pacientes e instituições. Este termo “resiliente”, tem origem bem distanciada da psicologia, segundo (YUNES, 2003), foi usado pela primeira vez na física para estabelecer o potencial de um

material alcançar sua deformação máxima, sem sofrer mudanças ou danos permanentes, e com a capacidade de retornar ao seu estado original.

Há várias formas de encontrar este termo a parti do dicionário Aurélio, resiliência é conceituada como: “propriedade pela qual a energia armazenada em um corpo deformado é devolvida quando cessa a tensão causadora de uma deformação elástica” (Ferreira, 1988, p. 566).

Nas humanas a resiliência é a potencial que o ser humano possui de não somente sobreviver os infortúnios da vida, contudo de atingir, a partir dos infortúnios da vida, a potencialidade de ter proveito e se expandir de forma a tirar exemplos de vida para recomeçar, isto é, de manifestar a possibilidade de construir-se e reconstruir-se a partir das adversidades. A Escala de Avaliação de Resiliência (EAR), de Martins, Siqueira e Emilio (2012), possui a definição de resiliência de Grotberg (2005), que se apresenta como habilidade do ser humano de ter êxito diante das dificuldades da vida, de forma a superasse e se fortalecer ou ser transformado por elas (Grotberg, 2005).

“Uma capacidade humana de fazer frente às adversidades da vida, ou mesmo transformá-las, criando novas alternativas vitais” (Haudenschild et al., 2005, online).

Esta expressão é bem específica quando se remete ao processo criativo que o indivíduo possui para se sair vencedor de uma determinada situação que tenha gerado trauma. As definições sobre resiliência estão continuamente vinculadas à capacidade de transformar a adversidade, cabendo, então, conjecturar o que seria esta adversidade.

As adversidades podem ser pensadas como eventos catastróficos, traumas, infelicidade, tragédias da vida, infortúnio, enfim, inúmeros sinônimos desenham bem este termo, traz também a ideia de que nem todos os infortúnios da vida possam se tornar traumáticos.

Trauma é uma ocorrência da vida do indivíduo que se define pela sua intensidade, pela incapacidade em que se encontra o sujeito de reagir a ele de forma adequada, ou seja, um tipo de dano emocional como resultado de algum acontecimento, pressupondo uma experiência de imensa dor tanto emocional ou física pelo transtorno e pelos efeitos patogênicos duradouros que provoca na organização psíquica.

Em termos econômicos, o traumatismo caracteriza-se por um afluxo de excitações que é excessivo, relativamente à tolerância do indivíduo e à sua

capacidade de dominar e de elaborar psiquicamente estas excitações (Laplanche e Pontais, 1998, p. 522).

Já o termo adversidade possui sinônimos, no dicionário Aurélio (Ferreira, 1988, p. 18) “1. Contrariedade, aborrecimento. 2. Infelicidade, infortúnio, revés”; por ser um termo bastante generalizado, também pode ser conjugado com fatores extrínsecos, por ocorrência do meio ambiente que por sua vez podem ou não ser entendido como problemas à saúde mental.

2.7. ESTRESSE PERCEBIDO

O termo estresse deriva etimologicamente da palavra latina “stringere”, que significa apertar, cerrar, comprimir (Houaiss, Villar & Franco, 2001, citado por Leite de Abreu et. al., 2002).

A palavra foi utilizada pela primeira vez pelo físico Robert Hooke⁴, no século XVII, quando referiu que o stress ocorria quando uma “carga pesada afetava uma determinada estrutura física”.

Os indivíduos dedicam grande parte de suas vidas na realização de seu trabalho, principalmente pela necessidade de sobrevivência e de realização. Contudo, se observa que o mundo do trabalho tem causado cada vez mais desgaste físico e emocional aos trabalhadores (SILVA et al., 2010).

Atualmente, alguns autores entre eles (Gil-Monte, 2005) questiona se o estresse derivado da realização do trabalho é uma das importantes causas de enfermidade laboral, de absenteísmo⁵ e da origem de muitos acidentes. Gil-Monte (2005) concorda que a prevenção dos riscos psicossociais no trabalho que podem gerar estresse e a prevenção dos acidentes laborais têm tido um grande destaque nos últimos tempos.

Esta não é uma realidade apenas brasileira, diversos estudos internacionais têm, da mesma forma, demonstrado que as condições adversas são múltiplas, e contribuem para altos índices de estresse ocupacional e *burnout* (Doménech Betoret & Gómez Artiga, 2010). As necessidades atuais da sociedade geram conflitos no

⁴ Robert Hooke foi um cientista experimental inglês do século XVII, uma das figuras chave da revolução científica

⁵ Absenteísmo: Refere-se à condição de ausentar-se de algo, estar fora de alguma atividade.

seu dia-a-dia e muitos momentos que geram a tensão, e essas tensões transformam-se em estresses tanto positivos quanto negativos.

Na verdade, o estresse é um aviso bem claro que o organismo demonstra onde nos prepararmos para fugas ou lutas. Existem hoje pesquisas sobre a influência do estresse em várias áreas de atuação humana, principalmente na área profissional.

Na qualidade de vida, o estresse o mal do século como tem sido chamado, faz parte da vida de todo ser humano, em maior ou menor grau (DIAS; LASCIO, 2003). O estresse tem sido relacionado por ser considerado a “doença do século”, como causa e consequência da soma de “fatores intrínsecos e extrínsecos” do indivíduo.

Caso esses fatores não sejam controlados desde seu início, poderão causar uma série de complicações à saúde física e mental (NUNOMURA, et al., 2004). Já da Silva et al., (2006) afirma que o estresse não é uma doença, é somente o organismo preparando-se para lidar com situações que se apresentam, ou seja, é uma resposta individual a um determinado estímulo, variando de pessoa para pessoa, mas a extensão ou a amplitude da situação podem acarretar problemas físicos ou psicológicos.

De acordo com a realidade atual muitos são os fatores que geram diversas síndromes no ser humano, que afetam seu lado físico e emocional, gerando o estresse percebido acompanhado do estresse profissional. O estresse ocupacional é considerado um fator de risco às condições de saúde do trabalhador. É um termo utilizado, consensualmente, para descrever a reação do organismo a situações do dia-a-dia, que repercutem negativamente no equilíbrio de funções fisiológicas e psicológicas de quem está submetido a essa condição reativa.

Geralmente, pode-se dizer que uma pessoa sofre de estresse quando as pressões externas (trabalho, família, preocupações financeiras etc.) fogem à capacidade de suportá-las, o que leva a sinais e sintomas de estresse, tais como fadiga, ansiedade, irritabilidade, perda de capacidade de concentração e insônia. (SENASP/MJ, 2010).

Cada vez mais percebe-se o aumento da incidência de patologias direcionadas ao alto nível de comprometimento com o meio, as quais afetam o físico e psicológico do indivíduo, uma delas é a “*síndrome de burnout*”. Podemos associar

ao estresse ocupacional esta síndrome, o termo “*Burnout*” originada na língua inglesa, a partir da união de dois termos: *burn* e *out*, que significam queimar e fora. A Síndrome de Burnout, como é chamada, caracteriza-se numa condição de estresse relacionado ao trabalho, cuja definição ainda não é um conceito concluído. Alguns autores confirmam que a denominação deve considerar a questão da exaustão emocional, outros autores afirmam que essa síndrome é a dificuldade que um indivíduo possui de lidar com estresse crônico. (VARELLA, 2014)

O estresse excessivo e constante denominado *burnout* é decorrente do estado de exaustão emocional, mental e físico do indivíduo, em determinadas profissões que exige envolvimento interpessoal direto e intenso, se torna muito comum. (VARELLA, 2014)

Apresenta-se pela falta de motivação e interesse no desenvolvimento de suas atividades, a produtividade é reduzida e percebe-se a mudança no comportamento do sujeito, o qual se sente cada vez mais impotente, desesperado e ressentido (VARELLA, 2014).

Os efeitos negativos do esgotamento se espalham por todas as áreas da vida - incluindo sua casa, trabalho e vida social. Burnout também pode ocasionar alterações de longo prazo em seu corpo que o torna vulnerável a doenças afetando a imunidade, como resfriados e gripe. Por causa de muitas consequências, é importante lidar com o desgaste imediatamente. (GAZZOTTI e VASQUES-MENEZES, apud ABREU et al 2002)

Entre as principais características da exaustão característica da síndrome de Burnout, está a falta de energia, a sensação de sobrecarga emocional constante e de esgotamento físico e mental. Para Gazzoti e Vasques-Menezes (apud ABREU et. al. 2002) a deficiência de suporte afetivo e social, gera uma fragilidade emocional ocasionando grande sofrimento nas relações de trabalho e muitas vezes faltam alternativas para dividir suas dificuldades, angústias, anseios e preocupações, o profissional acaba admitindo uma sobrecarga emocional que pode gerar a então “síndrome de burnout” ou estresse ocupacional.

Segundo o GEBUR(2011) os sinais iniciais são sutis e piora com o passar do tempo e deve ser considerado como bandeira vermelha que algo está errado e necessita ser averiguado.

Os sintomas físicos identificados são os seguintes:

- ✓ Sentindo-se cansado e drenado a maior parte do tempo
- ✓ Imunidade reduzida, enfermado muito
- ✓ Dor de cabeça frequente ou dor muscular
- ✓ Mudança nos hábitos de apetite ou sono

Os sintomas emocionais:

- ✓ Sentido de fracasso e autódúvida
- ✓ Sentindo-se indefeso, preso e derrotado
- ✓ Desapego, sentindo-se sozinho no mundo
- ✓ Perda de motivação
- ✓ Perspectivas cada vez mais cínicas e negativas
- ✓ Diminuição da satisfação e sensação de realização

Os sintomas comportamentais:

- ✓ Retirar de responsabilidades
- ✓ Isolando-se dos outros
- ✓ Procrastinando, demorando mais para fazer as coisas
- ✓ Usando comida, drogas ou álcool para lidar com os problemas
- ✓ Tirando suas frustrações sobre os outros
- ✓ Abandonar o trabalho ou chegar sempre atrasado e sair cedo

Burnout pode ser o resultado de um estresse implacável, mas não é o mesmo que o estresse demais. O estresse, em geral, envolve demais: muitas pressões que exigem muito de você fisicamente e psicologicamente. As pessoas estressadas ainda podem imaginar, no entanto, que, se puderem ter tudo sob controle, sentirão melhor. Burnout, por outro lado, não é *suficiente*. Ser queimado significa sentir-se vazio, sem motivação. As pessoas que experimentam Burnout muitas vezes não vêem nenhuma esperança de mudança positiva em suas situações. Se o estresse excessivo é como se afogar em responsabilidades, o burnout está sendo completamente o contrário. (GEBUR, 2011)

A síndrome de Burnout é bastante parecida com o estresse, mas não deve ser confundida com esse sintoma, pois é muito mais prejudicial à saúde, uma vez que o estresse pode ser controlado. Guebur (2011) cita o exemplo de um trabalhador com estresse que, quando tira férias, volta recuperado para as atividades, ao contrário de quem sofre da síndrome de Burnout, que ao voltar ao trabalho os problemas voltam junto com ele.

Para isso é desenvolvido em escala uma sequência de fatores a fim de identificar o nível de estresse do trabalhador como a escala em anexos demonstra.

Assim, Cohen et al (1983) propuseram uma escala que mensura o estresse percebido, ou seja, mede o grau no qual os indivíduos percebem as situações como estressantes.

2.8. AFETOS POSITIVOS E NEGATIVOS, SATISFAÇÃO COM A VIDA, RESILIÊNCIA E ESTRESSE PERCEBIDO EM POLICIAIS MILITARES

A atividade exercida profissionalmente promove influência em diversos aspectos da vida, como psíquicos, físicos, sociais e familiares.

Dentre os profissionais que mais sofrem com essa influência, estão os policiais militares, em função das pressões que sua atividade profissional proporciona.

Executar policiamento ostensivo, a fim de garantir o cumprimento da lei, manter e atuar em casos de perturbação da ordem pública, atuar em ações de auto risco, salvamento terrestre, aquático, aéreo, guarda externa de estabelecimento prisionais do Estado, neste contexto, os policiais militares fazem parte da Brigada Militar e da Secretaria de Segurança Pública.

São tantas atribuições que tornam sem dúvida o policial militar passível ao estresse e todos os aspectos que estejam envolvidos com o psicológico do policial.

Costa, et. Al (2007) afirmam que os policiais militares são os que mais sofrem de estresse por estarem constantemente expostos aos riscos. Outra questão que delinea a vida dos policiais militares está a satisfação com a vida.

A satisfação com a vida está também está relacionada com a satisfação no trabalho, de acordo com Joia, Ruiz e Donalísio (2007), a satisfação com a vida é capaz de definir com mais precisão, a experiência de vida em relação as várias experiências de vida vivenciadas pelos policiaes, estudos realizados sobre a satisfação no trabalho de policiais revelaram que as características do trabalho dos policiais são de fato, as principais fontes de satisfação na vida.

À medida que a Satisfação com a Vida tem sido definida como uma avaliação global, as pessoas também tendem a relacionar seu nível de satisfação através da reflexão sobre o quanto elas se sentiram bem-humoradas, em contraposição ao tempo em que se sentiram mal-humoradas (DIENER, 1984).

Pesquisa realizada por White et. al. (2007) em seis anos, com recrutas policiais que ingressaram no *New York City Police Department* em análise das reais motivações para se tornarem policiais e em relação satisfação com o trabalho, foi constatado que durante este período, as motivações continuaram estáveis, independente de raça, etnia ou gênero. Os autores identificaram também que oficiais brancos masculinos demonstraram baixa satisfação pela vida e mostraram, segundo os autores, baixo comprometimento com a profissão por conta de suas reais motivações, insuflando a relação entre falta de comprometimento profissional com a insatisfação de vida.

A resiliência em policiais militares é de suma importância, e não deve ser ignorada e que questões que abrangem resiliência, não significa invulnerabilidade, ao contrário, no caso dos policiais militares que estão sempre passando por situações adversas, que abalam o emocional, a resiliência vem como provas de eu é possível vencer e eu mesmo no centro das adversidades, há grandes possibilidades sempre de mudar a vida, quebrar as estratégias transgeracionais, mudando os elementos da cena.(CYRULNICK, 2010).

É importante salientar que o turno de trabalho é uma característica preponderante no ambiente laboral que pode interferir na resiliência.

De acordo com esta afirmação, Santorek-Strumillo, et. al. (2012) faz referência ao trabalho noturno, que tem relação claro escuro, e que o trabalho noturno faz com que o trabalhador (policial), sofra maior vulnerabilidade mental, podendo de certa forma interferir na resiliência.

Peres, et.al. (2011) em estudo recente, pontuaram que os preditores de resiliência foram auto eficácia ($p=0,05$) Empatia ($p=0,04$) e Otimismo ($p=0,05$), Religiosidade Intrínseca ($p=0,02$), com “busquei amor e cuide de Deus” e “Tentei colocar meus planos em ação em conjunto com deus”

Dentro desse conceito de resiliência em policiais militares, também foi realizada uma pesquisa por Emílio e Martins (2012), através de um estudo descritivo, cujo objetivo principal seria identificar e descrever as percepções de resiliência e autoconceito em policiais militares em determinada cidade.

De acordo com os resultados da pesquisa, um dado importante foi observado quanto as dimensões da resiliência, Emilio e Martins (2012), compreenderam que as dimensões de resiliência variaram de 3,71 no fator competência pessoal ($DP=0,63$), a 4,49, no fator persistência diante das dificuldades ($DP=0,57$).

O fator espiritualidade, apresentou média equivalente a 4,10 (DP=1), então as autoras concluíram que a maioria dos fatores alcançaram ponto quatro na escala de resiliência, confirmando que os participantes com frequência se percebem capazes de suplantar adversidades, levando em conta sua alta persistência, adaptação às mudanças e religiosidade, enquanto, ao ponto três demonstra que policiais reconhecem suas limitações diante de algumas situações. A escala da pesquisa está representada na tabela 4.

<i>Variável</i>	<i>Média</i>	<i>Desvio-Padrão</i>	<i>Ponto Médio da Escala</i>
<i>Persistência diante De dificuldades</i>	4,39	0,57	3
<i>Espiritualidade</i>	4,10	1	3
<i>Adaptação ou aceitação De mudanças</i>	4,06	0,69	3
<i>Competência pessoal</i>	3,71	0,63	3

Tabela 1– Médias e desvio padrão da resiliência

Fonte: Adaptado de EMILÍO e MATINS (2012)

Através de uma pesquisa realizada por Lipp, Costa e Nunes (2017), foi levantada a questão sobre o estresse em policiais de diferentes instituições, verificou-se que de fato, a atividade policial é considerada a segunda mais estressante (Bezerra, Minayo & Constantino, 2013) e segundo Lipp (2009) o fazer do policial envolve condições de trabalho que acarreta a sobrecarga física e emocional, além das pressões da sociedade que cobram por resultados constantemente e isso afeta a saúde, gera desgastes de todas as ordens, insatisfação provocando p estresse e sofrimento psíquico nos policiais, a tabela 2 apresenta o resultado da pesquisa.

<i>Presença de Estresse</i>	<i>Instituições</i>			
	<i>PM</i>	<i>PC</i>	<i>CB</i>	<i>POLITEC</i>
<i>Sem Estresse</i>	49,80	43,17	58,33	38,24
<i>Com Estresse</i>	50,20	56,83	41,67	61,76
<i>Total</i>	100%	100%	100%	100%

Tabela 2– Porcentagens de Policiais com e sem estresse por instituição

Fonte: A autora (2018), adaptado de LIPP, COSTA E NUNES (2017)

De acordo com o estudo realizado por Lipp, Costa e Nunes (2017) o resultado obtido sobre porcentagem de policiais com estresse ou sem estresse, varia de acordo com as instituições que pertencem, em sua pesquisa os autores abordaram, a Polícia Militar, Polícia Civil, Polícia Técnica e Corpo de Bombeiros.

.Em relação a sintomatologia que o estresse ocasiona, Lipp, Costa e Nunes (2013), apresentaram os sintomas que o estresse provoca em policiais e em cada fase do processo. Concluíram então que sintomas psicológicos são os mais recorrentes, como demonstram na tabela 2 o resultado alcançado com a pesquisa.

<i>Fases (gravidade do estresse)</i>	<i>Instituições</i>			
	<i>PM</i>	<i>PC</i>	<i>CB</i>	<i>POLITEC</i>
<i>Sem Estresse</i>				
<i>Alerta</i>	49,80	43,17	58,33	38,24
<i>Resistência</i>	1,28	2,20	0,93	1,47
<i>Quase exaustão</i>	38,88	40,90	35,19	41,18
<i>Exaustão</i>	6,50	6,39	1,85	13,24
<i>Total</i>	3,54	8,15	3,70	5,88
	100%	100%	100%	110%

Tabela 3– Porcentagem de policiais que se encontram em cada fase do estresse, por instituição
Fonte: A autora (2018), adaptado de LIPP, COSTA E NUNES (2017)

Foi observado em outra pesquisa o estresse em policiais, realizada por Bardagi e Oliveira (2010), e concluíram em suas análises que a sintomatologia de estresse se manifestou prioritariamente no fator psicológico e que dentre os participantes do sexo feminino e masculino, as mulheres sofrem maiores índices de estresse tanto físico como psicológico do que os homens.

Em sua pesquisa Bardagi e Oliveira (2010), apresentou o resultado que obtiveram quanto aos sintomas mais frequentes psicológicos e físicos nos militares, como demonstra a tabela 3.

Siqueira (2008) desenvolveu um instrumento capaz de mensurar a satisfação em ambiente de trabalho através de uma Escala de Satisfação no Trabalho, com a qual possibilita uma visão se grandes perspectivas.

Sintomas Psicológicos	%	Sintomas Físicos	%
<i>-Irritabilidade excessiva</i>	54	<i>-Sensação de desgaste físico</i>	61,3
<i>-Cansaço excessivo</i>	46,7	<i>-Cansaço Constante</i>	48,0
<i>-Pensar constantemente em um só assunto</i>	38,7	<i>-Tensão muscular</i>	44,00
<i>-Irritabilidade sem causa aparente</i>	37,7	<i>-Problemas com memória</i>	41,9
<i>-Sensibilidade emotiva excessiva</i>	33,3	<i>-Insônia</i>	40,0

Tabela 4– Sintomas Psicológicos e Físicos mais frequentes
 Fonte: A autora (2018), adaptado de BARDAGI e OLIVEIRA (2010)

Siqueira (2008) desenvolveu um instrumento capaz de mensurar a satisfação em ambiente de trabalho através de uma Escala de Satisfação no Trabalho, com a qual possibilita uma visão se grandes perspectivas.

De acordo com o autor, o tema se refere ao quanto de situações de vida prazerosas o indivíduo percebe na instituição.

Sua composição possui cinco dimensões, visando a compreensão da origem de tais experiências, analisando a satisfação dos indivíduos com o salário, os colegas, a chefia, as promoções e o próprio trabalho. Na Figura 6 é demonstrada a Escala de Satisfação no Trabalho (EST) desenvolvida por Siqueira (2008).

Compreende-se assim, que através da avaliação da Satisfação no Trabalho é possível verificar se a instituição tem investido no bem-estar de seus colaboradores.

Isso porque se torna perceptível o quanto cada dimensão propicia ao colaborador sentimentos positivos.

Em anexos encontra-se a Escala de Satisfação com a vida que colabora na mesma proporção a capacidade de orientação quanto ao nível se satisfação com a Vida. Dentro desse tema, é importante pontuar que várias pesquisas (Lipp e Tanganelli, 2002; Maciel, 1997; Proença, 1998; Rosa, 2003; Silva, 2003; Soares, 1990), vêm sendo realizada nas últimas décadas, a fim de verificar as condições de estresse em diversas classes profissionais.

Encontra-se trabalhos sobre estresse ocupacional entre juízes, professores, policiais militares, executivo, atletas, jornalistas entre outros.

Em anexos encontra-se a Escala de Satisfação com a vida que colabora na mesma proporção a capacidade de orientação quanto ao nível se satisfação com a Vida.

Na Figura 6 é demonstrada as Dimensões da Escala de Satisfação no Trabalho (EST) desenvolvida por Siqueira (2008).

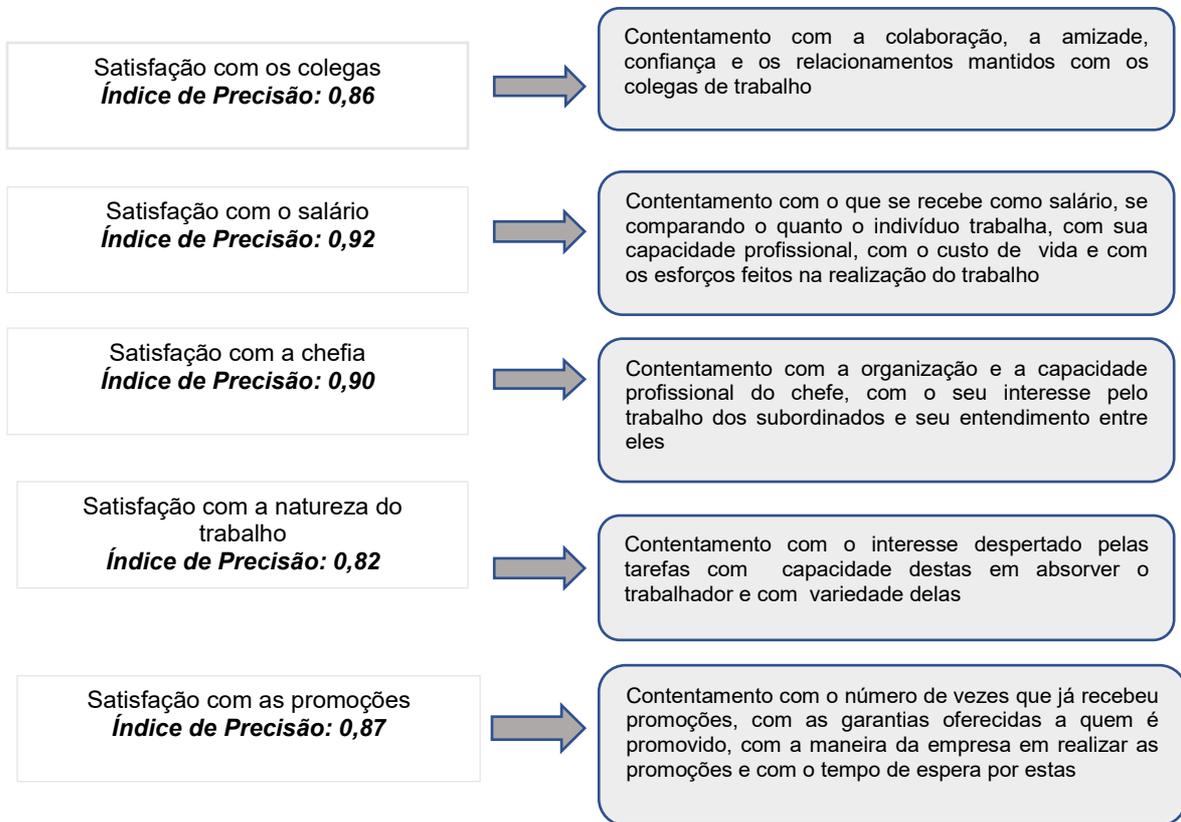


Figura 6- Dimensões da Escala de Satisfação no Trabalho
Fonte: ALMEIDA, et. Al, (2016), adaptado de SIQUEIRA (2008)

Encontra-se trabalhos sobre estresse ocupacional entre juízes, professores, policiais militares, executivo, atletas, jornalistas entre outros.

Esta pesquisa enfatiza uma área específicas, que se refere ao estresse percebido especificamente em policiais militares, e como amostra dessa classe de profissionais, a Brigada Militar do Rio Grande do Sul, como objeto de estudo.

2.9. BIBLIOMETRIA

Segundo Vanti (2002), a bibliometria é uma técnica quantitativa de pesquisa que tem o objetivo de classificar e mensurar a produtividade de autores em um determinado tema. Existem autores que comentam, de maneiras diferentes, como fazer uma pesquisa bibliométrica.

Só que existe autores que se destacam mais pela explicação a fim de tirar as dúvidas. Antunes (2009) destaca: A bibliometria - ou bibliografia estatística como foi primeiramente chamada – é uma ferramenta estatística que – em princípio – mede a produção bibliográfica de determinada autoridade, infere sobre a qualidade dos documentos e traz à tona tendências da comunidade científica.

E relata de maneira diferente como se deve fazer uma pesquisa bibliométrica, como ela é chamada, e o seu princípio.

A pesquisa precisa de muitos cuidados, principalmente se for com livros ou Artigos, pois se deve saber observar tudo detalhadamente, para que não aconteçam enganos na hora da tabulação e o objeto possa ser alcançado de forma correta.

Nesse sentido, a pesquisa bibliométrica para construir uma comunidade acadêmica mais atualizada, com capacidade de acessar grandes quantidades de informação de forma rápida e otimizada, para que a futura produção bibliográfica aconteça de uma maneira ainda mais diferenciada e eficiente.

Assim, esse estudo tem o objetivo investigar as principais variáveis que traduzem aspectos da psicologia positiva, a fim de apresentar patologias e possíveis soluções para a problemática que envolve a classe de policiais militares, mais especificamente da Brigada Militar do Rio Grande do Sul.

Os gráficos a seguir, representam e quantificam a forma a nortear as pesquisas bibliográficas para futuras investigações.

Em análise dos gráficos 6, 7 e 8, podemos perceber a disseminação das no Brasil e no mundo dos termos “*Perceived stress and Resilience*”, “*Satisfaction with life*” e “*Psychology Positive*”.

O gráfico 6 apresenta os termos “*Perceived Stress*”, onde percebe-se que nas últimas duas décadas houve um crescimento considerável de publicações, com seu pico em 2015 com 8.138 publicações e uma queda acentuada no ano seguinte, em 2016 com 838 publicações segundo levantamento realizado no Portal Capes.

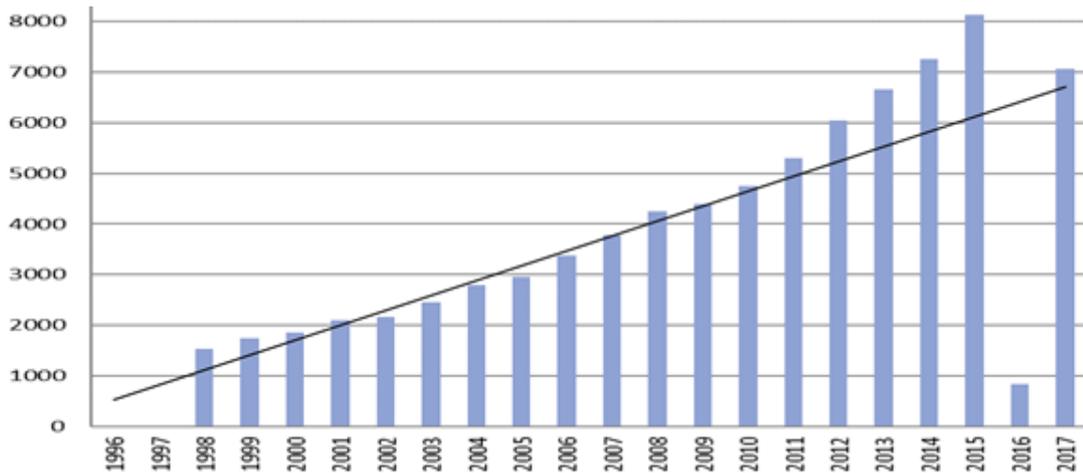


Gráfico 6- Evolução do número de publicações na base CAPES envolvendo a palavra “Perceived Stress”.
Fonte: Elaborado pela autora (2018)

O gráfico 7 podemos visualizar o início do aparecimento das citações da expressão em periódicos envolvendo a palavra “Resilience”, começa a ser citada com mais frequência entre 2005 e 2012, com uma queda em 2013 e uma relevância acentuada em 2014, porém nos últimos dois anos houve menor notoriedade no uso da expressão.

O termo resiliência refere à capacidade de adaptação frente à um contexto de mudança, pela utilização de recursos positivos para enfrentar as adversidades (Sapienza & Pedromônico, 2005; Souza & Cervený, 2006).

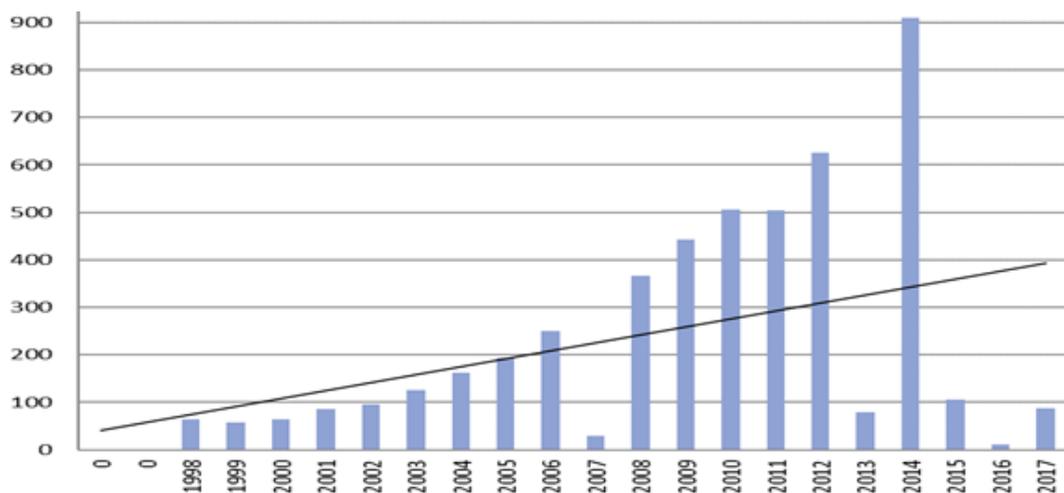


Gráfico 7-Evolução do número de publicações na base CAPES envolvendo a palavra “Resilience”
Fonte: Elaborado pela autora (2018)

No Brasil, a porta de entrada para a Psicologia Positiva começou a ganhar destaque através dos estudos sobre resiliência, em decorrência de situações de vulnerabilidade e de riscos existentes no contexto histórico brasileiro.

Sendo assim, o primeiro livro de Psicologia Positiva escrito por autores brasileiros intitula-se “Resiliência e Psicologia Positiva: interfaces do risco à proteção”, e possui uma coletânea de dez artigos científicos escritos por 16 colaboradores no período de 2004 a 2006 (Dell’Aglio, Koller & Yunes, 2006).

Segundo Castro et. al. (2012), o movimento de expansão da Psicologia Positiva no Brasil também teve como importante marco a criação da Associação de Psicologia Positiva da América Latina (APPAL) em 2010, e com a realização da 1ª Conferência Brasileira de Psicologia Positiva no Rio de Janeiro, em 2011

“Atualmente, a Psicologia Positiva está em processo de expansão dentro da ciência psicológica e, se esse movimento é inicial no cenário internacional de pesquisa, mais recente é o seu aparecimento no Brasil” (Paludo & Koller, 2007).

E o gráfico 8 demonstra justamente esse processo de expansão do termo Psicologia Positiva, sendo que na maioria das publicações o termo mais utilizado são os que norteiam a psicologia positiva, em 2008 foi a máxima em publicações sobre o assunto no âmbito mundial, atingindo a margem de 963 publicações no assunto, houve um decréscimo no ano seguinte, porém retomou a partir e 2010 se mantendo estável.

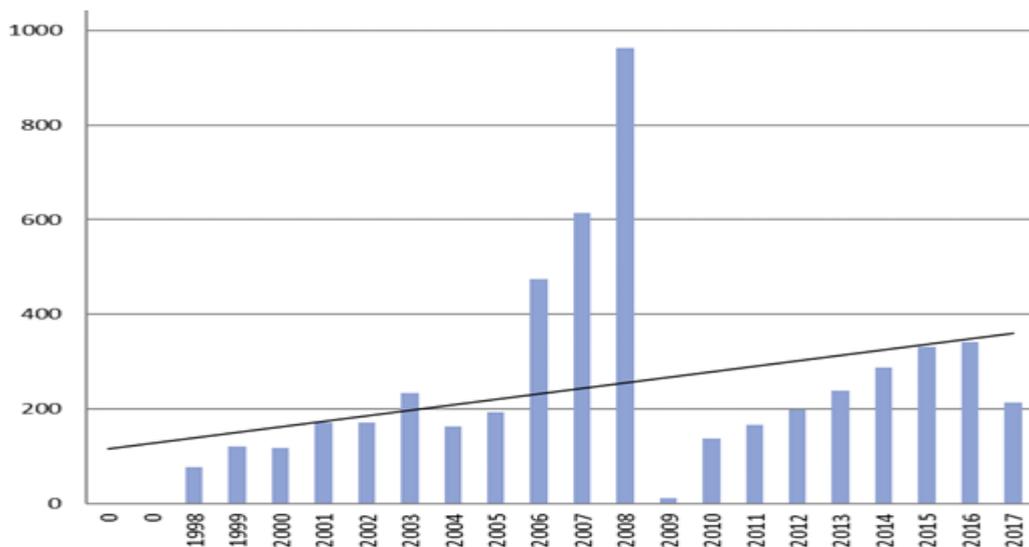


Gráfico 8- Evolução do número de publicações na base CAPES envolvendo a palavra “*Psychology Positive*”

Fonte: Elaborado pela autora (2018).

3. CAPÍTULO 3

3.1. MÉTODO

O presente capítulo apresenta a metodologia utilizada na pesquisa, apresentando a caracterização e delineamento do estudo, bem como universo e/ou população e amostra, o instrumento de coleta de dados e por fim a análise dos dados.

O programa utilizado para mensurar as análises e resultados estatísticos foi IBM SPSS STATISTICS – Versão 23.

3.2. CARACTERIZAÇÃO E DELINEAMENTO DA PESQUISA

3.2.1. *Tipo de Pesquisa*

Esta pesquisa que estudou policiais da brigada militar do RS, observando os aspectos psicológicos teve como características os seguintes dados: Estresse Percebido, Satisfação com a Vida, Resiliência e afetos positivos e negativos.

Trata-se de pesquisa de natureza descritiva que Gil (2007) apresenta como objetivo, a descrição das características de determinada população, ou fenômeno, ou estabelecimento de relação entre variáveis, possui abordagem quantitativa em que Lopes et.al. (2008), assim denominam, pois permite classificar características populacionais e que podem ser quantificadas.

Bibliográfica pois de acordo com Santos (2000), através da pesquisa bibliográfica é possível obter um conjunto de materiais que apresentam informações já pesquisadas e publicadas por outros autores, a pesquisa baseou-se em materiais bibliográficos e material de pesquisa institucional, com uso de material acessível ao público como teses, livros, dissertações e artigos científicos.

O tipo de pesquisa utilizado é o *Survey*, segundo Babbie (1999), é uma pesquisa em escala, quantitativa e visa apresentar as opiniões das pessoas por intermédio de questionários ou entrevistas e se refere a um tipo de pesquisa social e empírica.

3.2.2. *Delineamento da Pesquisa*

Este estudo enquadrado-se no modelo de delineamento Transversal analítico, que consiste na observação direta da distribuição de uma ou mais variáveis, em uma ou mais população, cuja população é definida segundo critérios geográficos temporais ou outros.

Há dois aspectos da pesquisa transversal, de incidência e prevalência, ou seja, segundo Rouquayol (1994), a de incidência investiga determinada patologia em grupos de casos novos, considerada dinâmica pois oscila no decorrer do tempo em diferentes espaços.

Enquanto de prevalência estuda casos antigos e novos de uma teoria num determinado local e tempo, é considerada estática e essencialmente transversal, que segundo o autor é o estudo epidemiológico em que o fator e efeito são observados num momento histórico

3.3. UNIVERSO E AMOSTRA

O Universo ou população do estudo foi composta por Policiais Militares da Instituição Brigada Militar do Rio Grande do Sul, com um efetivo em 2016 de 21.269 (Vinte e Um Mil, Duzentos e Sessenta e Nove) servidores militares (RIVAS, 2016).

O universo, ou população, é o conjunto de elementos que possuem as características que serão objeto do estudo, e a amostra, ou população amostral, é uma parte do universo escolhido selecionada a partir de um critério de representatividade (VERGARA, 1997).

A amostra de estudo Brigada Militar do Estado Rio Grande do Sul, aponta a cidade de Porto Alegre, a amostra selecionada pode ser classificada como não probabilística, sendo que a seleção foi feita por acessibilidade e tipicidade, onde os elementos pesquisados são considerados representativos da população-alvo (VERGARA, 1997).

Participaram da pesquisa, 313 servidores militares estaduais de ambos os sexos, sendo 272 do sexo masculino e 37 do sexo feminino com idades entre 22 e 64 anos para homens e 21 e 54 anos para mulheres, conforme apresenta o gráfico 9 a representação das idades para ambos os sexos.

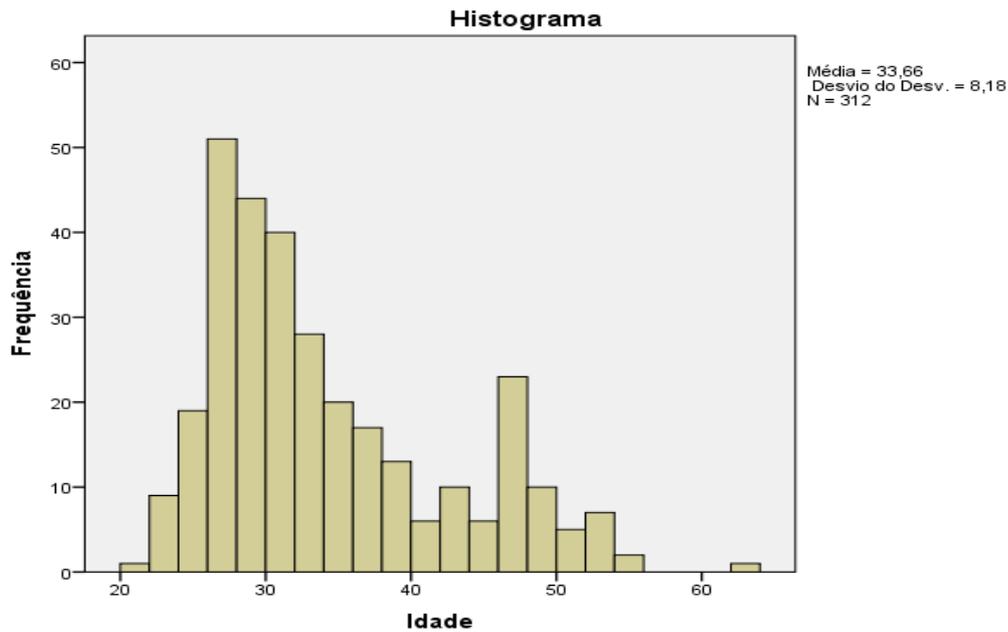


Gráfico 1-Representação de idades dos policiais participantes da pesquisa ambos os sexos
Fonte: Dados da pesquisa(2018)

O cálculo amostral estimou a frequência de participantes com valores abaixo do valor de corte de 50%, considerando o intervalo de confiança de 95% e uma margem de erro de 15%. (SANTOS, t.d.)

A amostra fez com que fosse possível detectar uma diferença de 30 pontos percentuais entre a doença (alfa = 0,05 e poder).

Para cálculo da amostra do estudo adotou-se a fórmula estatística para população finita com base em Santos, (s.d) segundo a equação:

$$n = \frac{N \cdot Z^2 \cdot p \cdot (1 - p)}{Z^2 \cdot p \cdot (1 - p) + e^2 \cdot (N - 1)}$$

onde:

n - amostra calculada;

N – população;

Z - variável normal padronizada associada ao nível de confiança;

p - verdadeira probabilidade do evento;

e - erro amostral;

Como parâmetros do cálculo, utilizou-se um nível de confiança de 95% (Z = 1,96), um erro amostral de 5% e probabilidade de ocorrência de 50% (Valor padrão

para maximizar o tamanho amostral). Além disso o tamanho da população foi igual a 1.544 policiais militares efetivos da cidade de Porto Alegre. Utilizando estes parâmetros no cálculo, chegou-se que o ideal seria no mínimo de 308 questionário, no entanto conseguimos chegar a 313 participantes.

Com este tamanho de amostra garantimos que os percentuais obtidos na pesquisa tivessem uma margem de erro inferior a 5 pontos percentuais (para mais ou para menos), com um índice de confiança de 95%.

Os questionários foram distribuídos de maneira aleatória entre os servidores militares estaduais de ambos os sexos que atuam no 1º BPM, 9 BPM, 11 BPM, 19 BPM, 20 BPM, 21 BPM, 4 RPMon, 1 BOE e COE.

Ao todo foram coletados 313 questionários, número ligeiramente superior ao mínimo de 308 questionários necessários segundo cálculo amostral realizado.

3.3.1. Critérios de Inclusão

Foram incluídos militares estaduais do sexo masculino e feminino, que atuam na Brigada Militar há pelo menos seis meses.

3.3.2. Critérios de Exclusão

Foram excluídos os militares aposentados.

3.4. ASPECTOS ÉTICOS DA PESQUISA

O presente projeto de pesquisa foi encaminhado ao CEP (Comitê de Ética de Pesquisa) da UNILASALLE, e submetido à Comissão Nacional de Ética em Pesquisa CEP sob o CAEE nº 60005316.1.0000.5307

Após a aprovação e liberação do CEP, o projeto foi destinado ao Comando Geral da Brigada Militar do Rio Grande do Sul e foram apresentados aos participantes, informações sobre a pesquisa (objetivos, riscos, benefícios, e procedimentos aos quais seriam submetidos). Foi solicitado que o participante assinasse o TCLE (Termo de Consentimento Livre e Esclarecido), segundo as Diretrizes e Normas Regulamentadoras de Pesquisa Envolvendo Seres Humanos,

estabelecidos pela Resolução CNS (Conselho Nacional de Saúde) Nº 510, de 07 de abril de 2016, seguindo assim todos os preceitos éticos. (Anexo 1)

O TCLE foi apresentado aos participantes com informações acerca dos objetivos da pesquisa e da Metodologia, assegurando o sigilo e o anonimato dos participantes, a participação foi facultativa, bem como, foi assegurada a possibilidade de desistência de participação a qualquer momento. Após a apresentação do TCLE, esclarecimento de dúvidas e assinatura do mesmo, se formalizou a participação do indivíduo na pesquisa.

3.4.1. Riscos da Pesquisa

Os riscos avaliados durante a pesquisa aos policiais que participaram da pesquisa se restringiram ao cansaço físico, e desgaste com o tempo utilizado para preenchimento do questionário da pesquisa.

3.4.2. Benefícios da Pesquisa

Os benefícios para os participantes da pesquisa são de aspecto mediato, as informações obtidas atuam como proposta para a organização de melhor gestão na saúde física e psicológica dos policiais militares e também para levantamento de novas pesquisas na área que venham dar suporte necessário na estruturação da temática.

3.5. INSTRUMENTO PARA COLETA DE DADOS

O instrumento utilizado para avaliar as questões pertinentes à pesquisa são: Questionário sociodemográfico: idade, sexo, escolaridade, estado civil, tempo de serviço na carreira militar, cargo atual, dentre outras variáveis; (Anexo 2)

- ✓ *Escala de Afeto Positivo e Afeto Negativo – (Positive and Negative affect Schedule) PANAS*

Validada por Giacomoni e Hutz (1997). É uma escala de auto relato constituída por dez itens que avaliam afetos positivos e dez itens que avaliam afetos negativos. (Anexos 3)

Os itens são compostos por adjetivos com chave de resposta em uma escala Likert de cinco pontos, em que as pessoas marcam um número que corresponde ao quanto sentem as emoções descritas pelos adjetivos. O número “1” corresponde a “nem um pouco”, o “2” a “um pouco”, o “3” a “moderadamente”, o “4” a “bastante” e o “5” a “extremamente”. Para conhecer o nível de Afeto Positivo e Afeto Negativo da pessoa que respondeu à escala, inicialmente deve-se somar todos os itens respondidos referentes a cada constructo. Esse valor representa o escore bruto.

Posteriormente pode-se procurar na tabela de normas apropriada qual é o percentil correspondente ao escore bruto. Uma vez que há diferenças na média de Afetos Negativos entre homens e mulheres, foram criadas tabelas de normas independentes para cada grupo. Quanto mais alto o percentil equivalente ao escore bruto, maior o Afeto Positivo e o Afeto negativo (HUTZ, 2014).

✓ *Escala de Satisfação de Vida*

Validada por Diener e Cols (1985), adaptada por Giacomoni e Hutz (1997). A escala de Satisfação de vida é constituída de cinco itens de auto relato, que avalia o nível de satisfação dos indivíduos com suas situações de vida.

A chave de respostas é uma escala Likert de sete pontos em que as pessoas marcam um número que corresponde ao quanto concordam ou discordam das sentenças apresentadas. As âncoras “1” e “7” recebem os valores “Discordo plenamente” e “Concordo plenamente”, respectivamente, enquanto os demais valores intermediários correspondem a diferentes níveis de concordância e discordância com os itens. Quanto mais próximo de “1”, mais o sujeito discorda, e, quanto mais próximo de “7”, mais ele concorda com a sentença (HUTZ, 2014). Ambas as escalas acima descritas foram adaptadas e validadas no Laboratório de Mensuração da UFRGS (ZANON et al, 2013) e tem sido utilizada em várias pesquisas no país, incluindo dissertações de mestrado e teses de doutorado (HUTZ, 2014). (Anexo 4)

✓ *Escala de Resiliência*

Validada por Wagnild e Young (1993) e adaptada por Pesce e Cols (2005). O instrumento possui 25 itens descritos de forma positiva com resposta tipo Likert variando de “1” (discordo totalmente) a “7” (concordo totalmente), onde as pessoas assinalam a resposta que consideram mais adequada. Os escores da escala oscilam de 25 a 175 pontos, com valores altos indicando elevada resiliência. (Anexo 5)

✓ *Escala de Estresse Percebido*

De acordo com a Escala de Estresse Percebido de Cohen et al (1983) que foi traduzida para a língua portuguesa por Luft et al (2007), a escala mensura o estresse percebido, determinando o grau no qual os indivíduos percebem as situações como estressantes.

Esta escala, denominada *Perceived Stress Scale* (PSS – Escala de Estresse Percebido), foi inicialmente apresentada com 14 itens (PSS 14), sendo também validada com dez (PSS 10) e quatro questões (PSS 4).

É possível perceber que a versão com quatro questões é utilizada em pesquisas telefônicas e os itens foram designados para verificar o quanto imprevisível, incontrolável e sobrecarregada os respondentes avaliam suas vidas.

Estes três fatores têm sido considerados como componentes centrais na experiência de estresse. A PSS é uma escala geral, que pode ser usada em diversos grupos etários, desde adolescentes até idosos, pois não contém questões específicas do contexto.

A ausência de questões específicas de contexto é um fator importante na escala e, provavelmente, a razão pela qual a escala tenha sido validada em diversas culturas.

A PSS possui 14 questões com opções de resposta que variam de zero a quatro (0=nunca; 1=quase nunca; 2=às vezes; 3=quase sempre 4=sempre). As questões com conotação positiva (4, 5, 6, 7, 9, 10 e 13) têm sua pontuação somada invertida, da seguinte maneira, 0=4, 1=3, 2=2, 3=1 e 4=0.

As demais questões são negativas e devem ser somadas diretamente. O total da escala é a soma das pontuações destas 14 questões e os escores podem variar de zero a 56. (Anexo 6)

No quadro 1 apresentam os procedimentos da coleta de dados realizado na pesquisa que apresenta a ação e a abrangência.

Ação	Abrangência
<i>População alvo</i>	<i>Policiais militares da Brigada Militar Rio Grande do Sul</i>
<i>Critério de inclusão</i>	<i>Ambos os sexos e estar atuando há pelo menos 6 meses</i>
<i>Critério de exclusão</i>	<i>Policiais aposentados</i>
<i>Local de análise</i>	<i>Quarteis localizados na região da cidade de Porto Alegre</i>
<i>Amostra</i>	<i>1.544 policiais militares</i>
<i>Amostra mínima</i>	<i>313 respondentes</i>
<i>Amostragem</i>	<i>Por conveniência e tipicidade</i>
<i>Forma de obtenção de dados</i>	<i>Questionário impresso</i>
<i>Período de aplicação</i>	<i>Entre julho e outubro de 2017</i>

Quadro 1 – Ação de coleta de dados
Fonte: Elaborado pela autora (2018)

3.5.1. Procedimentos para a coleta de dados

Após a aprovação do Comitê de Ética, foi solicitado autorização para o Centro de Policiamento da Capital (CPC) da Brigada Militar para realizar a aplicação dos questionários de pesquisa junto aos militares. Após foi realizado contato com os comandantes das unidades de Porto Alegre (1º BPM, 9º BPM, 11º BPM, 19º BPM, 4º RPMon, 20º BPM, 21ºBPM, 1º BOE, COE), para tratar sobre o agendamento das entrevistas, as quais foram realizadas nos respectivos batalhões.

Os militares foram encaminhados pelo próprio comando para a realização da pesquisa em dia e horário acertado.

Após a apresentação e assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido pelos mesmos, foi iniciada a coleta dos dados. Os participantes responderam os questionários em sala reservada.

3.5.2. Limitações do Método

O método escolhido para esta pesquisa, foi a partir de questionário sociodemográfico e aponta algumas limitações quanto a coleta de dados, descritas abaixo.

- As informações fornecidas pelos participantes da pesquisa são incompletas, alguns participante se limitaram em algumas respostas tornando-se omissos;
- Dificuldades de acesso aos respondentes em alguns batalhões, por motivos diversos;
- A pesquisadora encontrou alguns empecilhos na infraestrutura para realizar a pesquisa em alguns batalhões, sem mais.

3.5.3. Produto Técnico Social

Foi realizado um documentário no formato de Curta Metragem de 15 minutos com a participação de três militares (soldados), os quais atuam na Brigada Militar há mais de cinco anos. Dois militares do 1º BPM e um militar do 9º BPM. Foram abordadas questões relativas ao tema da pesquisa. O questionário para a realização do documentário encontra-se em (Anexo 4)

4. CAPÍTULO 4

4.1. APRESENTAÇÃO E ANÁLISE DOS RESULTADOS

Neste capítulo apresenta-se a análise do estudo buscando responder aos objetivos específicos e propõe também contribuir com a discussão dos resultados baseados em literatura específica.

Em seguida foi realizado um levantamento do perfil dos participantes da pesquisa, (item 4.2.) e a síntese dos instrumentos e análise utilizados, no (item 4.3.) a análise estatística, logo após, no (item 4.3.1.) foi verificado o nível de estresse percebido entre policiais que praticam e os que não praticam atividades de lazer, na sequência (item 4.3.2) é verificado o nível de resiliência entre os policiais que já mataram ou feriram e os que nunca fizeram, no (item 4.3.3) é verificado se policiais que não gostariam de mudar de profissão estão mais satisfeitos com a vida do que os que gostariam de mudar de profissão no (item 4.3.4) é observado se policiais que tiveram colegas mortos ou feridos possuem maior índice de afetos positivos do que os que não tiveram;

4.2. Características do Perfil dos Participantes da Pesquisa

Com o propósito de dar início à pesquisa e responder os objetivos elencados foi necessário primeiramente fazer uma caracterização do perfil dos respondentes através de análise descritiva dos dados obtidos.

Participaram da pesquisa 313 policiais da Brigada Militar, cujos perfis estão descritos na tabela 5.

De acordo com os dados da pesquisa em relação ao efetivo masculino e feminino respondentes no gráfico 10, foi possível observar que entre os policiais, 273 são do gênero masculino totalizando 87,5%, em relação ao número de mulheres 39, totalizando 12,5%. Importante destacar que segundo pesquisa realizada por Capelli (2004), mais de 70% das mulheres, hoje, atuam em unidades operacionais, e que o panorama da presença feminina nas PMs, ainda representa uma parcela reduzida das forças policiais militares.

Variáveis	Absoluto (313 n=total)	Relativo
Sexo		
Feminino	39	12,5%
Masculino	273	87,5%
Idade		
Feminino	Entre 21 e 53 anos	-
Masculino	Entre 22 e 63 anos	-
Estado Civil		
Solteiro(a)	128	41,3%
Casado(a)	148	47,7%
Divorciado(a)/Separado(a)	27	8,6%
Viúvo(a)	7	2,3%
Não responderam	3	1%
Número de Filhos (Dependentes)		
Nenhum	121	39,8%
Um filho	87	28,6%
Dois filhos	67	22%
Três filhos	20	6,6%
Quatro filhos ou mais	9	2,9%
Escolaridade		
Ensino Fundamental	6	1,9%
Ensino médio	202	65,2%
Graduação	93	29,7%
Pós Graduação	9	2,9%

Tabela 5– Caracterização dos Dados pessoais do perfil dos participantes da pesquisa
Fonte: Dados da Pesquisa(2018)

Os resultados apresentados na pesquisa sobre características pessoais dos policiais da Brigada Militar, estão representados por gráfico de Pareto. O gráfico de Pareto é um gráfico de barras construído a partir de uma coleta de dados e, é utilizado na priorização de problemas ou causas de determinado tópico.

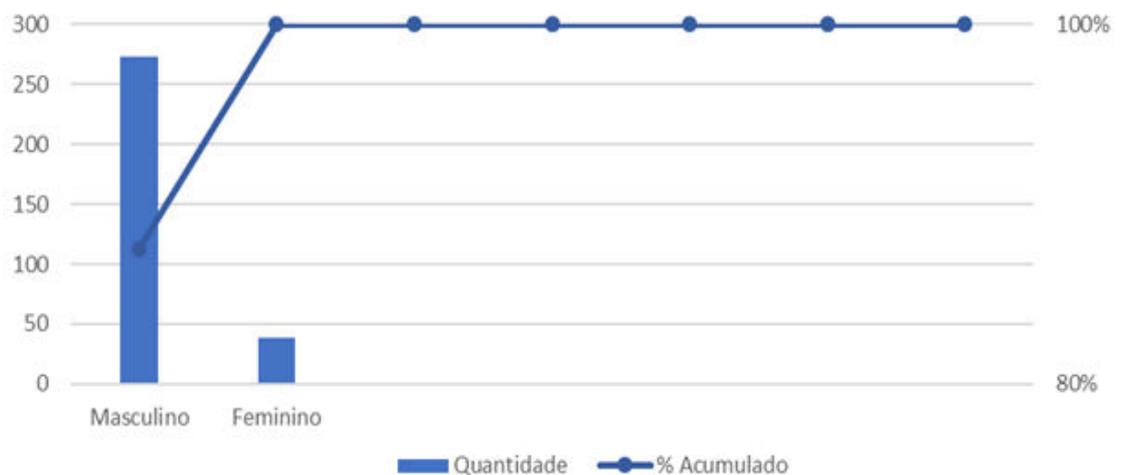


Gráfico 10–Efetivo masculino e feminino participantes da pesquisa
Fonte: Dados da Pesquisa (2018)

O princípio do Gráfico de Pareto se originou a partir dos estudos de Vilfredo Pareto (um economista italiano do século XIX), que estudou os princípios de distribuição de renda no país.

Ele verificou que 20% da população detinham 80% da riqueza, e que os outros 80% da população detinham 20% da riqueza. (DUARTE, 2011). Já quanto aos dados referente ao estado civil dos respondentes, pode-se observar que os policiais da Brigada Militar que participaram da pesquisa na sua grande maioria são casados, seguindo o percentual de 41% de policiais solteiros, divorciados e separados, com 8,6% e viúvos 2,3%, como apresenta o gráfico 11.

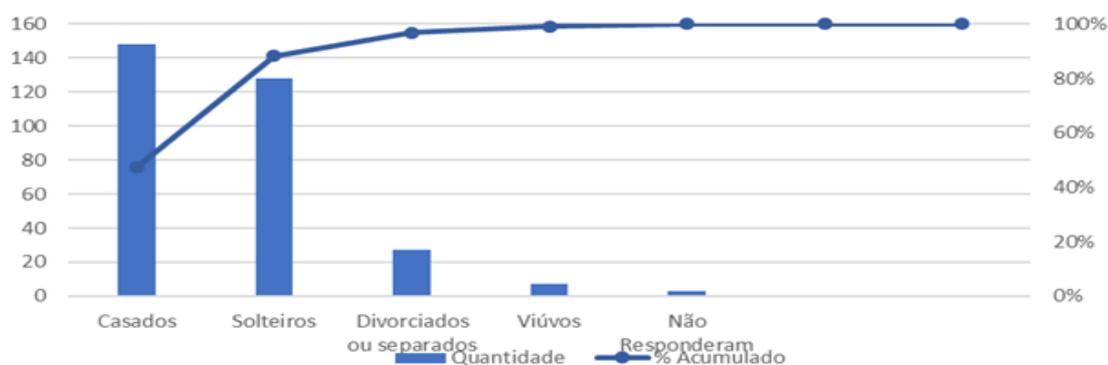


Gráfico 11- Estado Civil dos policiais participantes da pesquisa
Fonte: Dados da Pesquisa (2018)

Quanto ao fato de possuir filhos, 39,8% dos policiais responderam não possuir, enquanto do total 60,1% responderam possuir filhos, dos grupo que possui, a maioria possui um filho, com 28,6%, seguidos por 22% com dois filhos, 6,6% com três filhos e os que possuem quatro ou mais filhos com 2,9% exposto no gráfico 12.

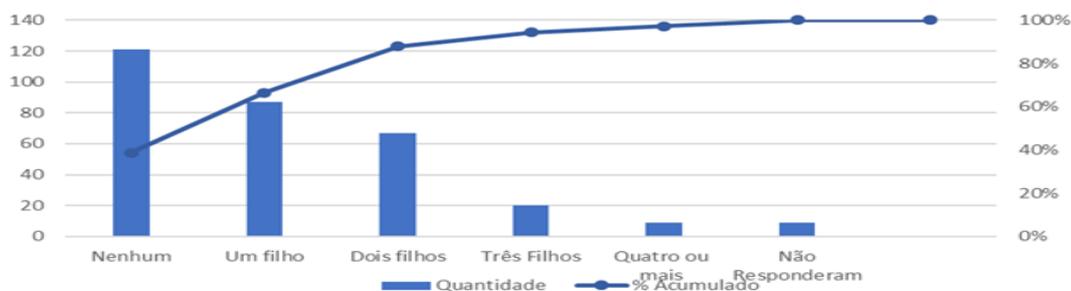


Gráfico 12-- Quantidade de filhos dos policiais respondentes da pesquisa
Fonte: Dados da Pesquisa(2018)

dos policiais têm ensino médio, com 65,2%, seguido de policiais com graduação 29,7%, com pós graduação, 2,9% e por fim com nível fundamental apenas 1,9%, representado no gráfico 13.

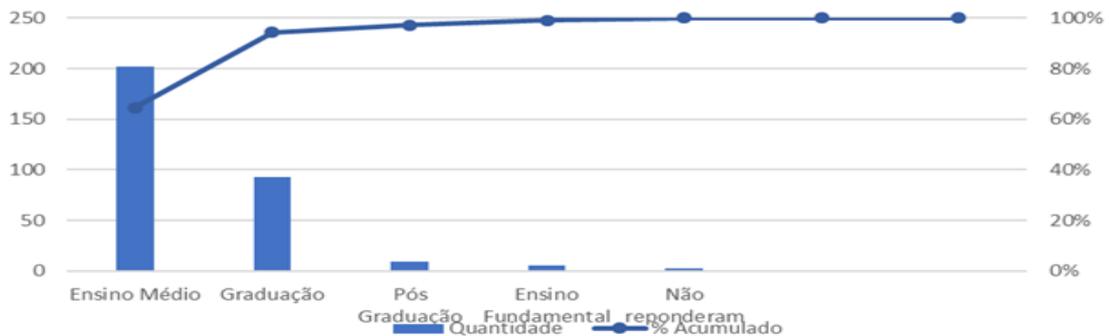


Gráfico 13– Grau de Escolaridade dos participantes da pesquisa
Fonte: Dados da Pesquisa

Desta forma, é possível identificar que o perfil da amostra do estudo é predominantemente do sexo masculino, casados, a maioria sem filhos e com escolaridade de ensino médio completo. Para identificação dos instrumentos que foram apontados no capítulo 3 (item 3.5), será apresentado na tabela 6 uma síntese do uso das escalas e suas características.

INSTRUMENTOS	AUTORES	ESCALAS DE RESPOSTAS	ITENS	FATORES
<i>Escala de Afetos Positivos e Afetos Negativos (PANAS)</i>	<i>Giacomoni e Hutz (1997)</i>	1. <i>Nem um pouco</i> 2. <i>Um pouco</i> 3. <i>Moderadamente</i> 4. <i>Bastante</i> 5. <i>Extremamente</i>	20	<i>Itens que valiam os afetos positivos e afetos negativos</i>
<i>Escala de Satisfação com a vida</i>	<i>Diener e Cols (1985)</i>	1. <i>Discordo Plenamente</i> 2. <i>Concordo Plenamente</i>	5	<i>Avalia o nível de satisfação dos indivíduos com suas situações de vida.</i>
<i>Escala de Resiliência</i>	<i>Wagnild e Young (1993) e adaptada por Pesce e Cols (2005)</i>	1. <i>Discordo Plenamente</i> 2. <i>Concordo plenamente</i>	25	<i>Capacidade humana de ter êxito diante das adversidades da vida,</i>
<i>Escala de Estresse Percebido</i>	<i>Cohen et al (1983))</i>	1. <i>Nunca</i> 2. <i>Quase Nunca</i> 3. <i>As vezes</i> 4. <i>Sempre</i> 5. <i>Quase sempre</i>	14	<i>Estressores específicos Sintomas físicos e psicológicos do estresse Mensurar a percepção de estresse individual de forma global, independente dos agentes estressores.</i>

Tabela 6– Síntese da caracterização das Escalas
Fonte: Elaborado pela autora (2018)

4.3. ANÁLISE ESTATÍSTICA

Foi realizada análise estatística que verificou o nível de afetos positivos e negativos e de satisfação com a vida em policiais militares da Brigada Militar, bem como o nível de resiliência e estresse percebido, a média para cada item apresenta os dados de acordo com os resultados estatísticos obtidos, respondendo a cada objetivo específico.

4.3.1. *Análise de estresse percebido entre os policiais que praticam e os que não praticam atividades de lazer*

Na tabela de frequência, podemos observar que dos 313 entrevistados, 10 foram omissos, ou seja, não responderam se praticam atividades de lazer ou não.

Entre as 303 respostas válidas, temos que 263 entrevistados (86,8% das respostas válidas) responderam que SIM gostam de praticar atividades de lazer, enquanto 40 (13,2% das respostas válidas) responderam que NÃO gostam de praticar atividades de lazer.

		Atividade Lazer			
		<i>Frequência</i>	<i>Porcentagem</i>	<i>Porcentagem válida</i>	<i>Porcentagem cumulativa</i>
Válido	Sim	263	84,0	86,8	86,8
	Não	40	12,8	13,2	100,0
	Total	303	96,8	100,0	
Omisso	Sistema	10	3,2		
Total		313	100,0		

Tabela 7- Frequência quanto ao percentual de policiais que praticam ou não praticam atividades de lazer

Fonte: Dados da Pesquisa

No Gráfico 14 é possível observar a apresentação visual da tabela 7, entre os respondentes que praticam atividades de lazer, e os que não praticam.

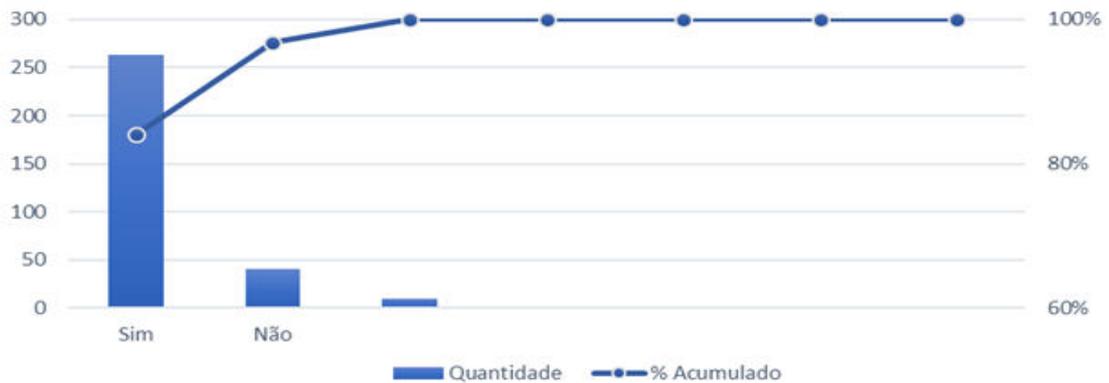


Gráfico 14– Apresentação visual de percental entre policiais que praticam atividades de lazer e os que não praticam
Fonte: Dados da Pesquisa (2018)

A pesquisa analisou então como se dá o nível de estresse percebido desses policiais que praticam e os que não praticam atividades de lazer, a tabela 8 apresenta aspectos referentes atividade de lazer e estresse., verificou-e então que o posto médio de estresse em relação aos policiais que praticam atividades de lazer é de **134,94** e os que não praticam atividades de lazer **209,36**.

Por sua vez o posto médio das pessoas que praticam atividades de lazer, demonstra que possuem menor índice de estresse, é importante salientar que tabela de postos é apenas informativa, ela não indica se a diferença é estatisticamente significativa ou não.

Os testes de comparação de distribuições possuem como objetivo verificar como se distribuem as variáveis numéricas quando segmentadas por cada uma das variáveis categóricas do estudo.

	<i>Atividade Lazer</i>	<i>N</i>	<i>Posto Médio</i>	<i>Soma de Postos</i>
<i>Índice de Estresse</i>	<i>Não</i>	37	209,36	7746,50
	<i>Sim</i>	251	134,94	33869,50
	<i>Total</i>	288		

Tabela 8- Tabela de postos atividades de lazer
Fonte: Dados da Pesquisa (2018)

A seguir usaremos o teste não paramétrico de *MannWhitney* na tabela 10, ou seja, é aplicado em situações em que se tem um par de amostras independentes e se quer testar se as populações que deram origem a essas amostras podem ser

consideradas semelhantes ou não. O teste de *Wilcoxon-Mann-Whitney* é baseado nos postos (ranques) dos valores obtidos combinando-se as duas amostras.

	<i>Índice de Estresse</i>
<i>U de Mann-Whitney</i>	2243,500
<i>Wilcoxon W</i>	33869,500
<i>Z</i>	-5,080
<i>Significância Assint. (Bilateral)</i>	,000

Tabela 9- Teste Paramétrico de MannWhitney-Índice de estresse
Fonte: Dados da Pesquisa (2018)

Na tabela 9 de estatística de teste, nos interessa verificar a Significância Assintótica. No caso acima, a significância foi $<0,000$ ou seja, inferior a 0,05.

Portanto rejeitamos a hipótese nula de igualdade na distribuição de estresse entre pessoas que praticam atividades físicas ou não.

E para concluir, é apresentada a tabela 10 o relatório com a estatística descritiva sobre o nível de estresse de policiais que praticam atividades de lazer e os que não praticam.

<i>Índice de Estresse</i>					
<i>Atividade</i>	<i>Média</i>	<i>Mediana agrupada</i>	<i>Desvio Padrão</i>	<i>N</i>	<i>% de N total</i>
<i>Lazer</i>					
<i>Não</i>	29,86	28,17	9,589	37	12,8%
<i>Sim</i>	21,61	22,22	7,450	251	87,2%
<i>Total</i>	22,67	22,82	8,218	288	100,0%

Tabela 10– Relatório de Estatística Descritiva
Fonte: Dados da Pesquisa(2018)

Vemos na tabela acima por exemplo que o índice médio de policiais que praticam atividades de lazer, em relação nível de estresse é 87,2% por outro lado o índice médio de quem não pratica atividade de lazer é igual a 12,8%.

Para representação visual, é apresentado o gráfico 15, chamado BOX-PLOT, utilizado para observação das distribuições de índices, neste caso apresenta, índice de estresse em relação à prática de atividades de lazer.

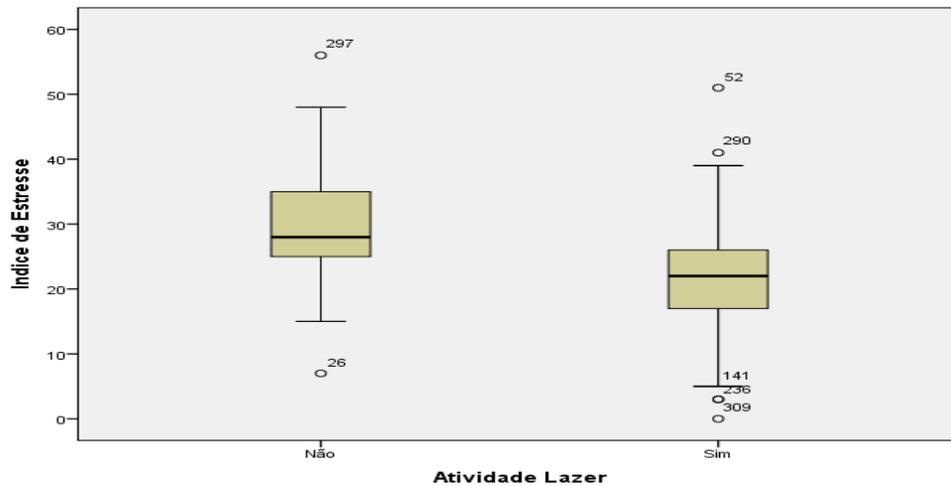


Gráfico 2– Representação visual dos dados estatísticos índice e estresse
Fonte: Dados da Pesquisa (2018)

4.3.2. *Nível de resiliência entre os policiais que já mataram ou feriram e os que nunca fizeram*

Na tabela de frequência, podemos observar que dos 313 entrevistados, 10 foram omissos, ou seja, não responderam se já matou ou feriu ou nunca fez.

Entre as 303 respostas válidas, temos que 109 entrevistados (36% das respostas válidas) responderam que SIM que já feriram ou mataram, enquanto 194 (64% das respostas válidas) responderam que Não, nunca mataram ou feriram, apresentado na tabela 11.

		Já feriu ou Matou			
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem cumulativa
Válido	Não	194	62,0	64,0	64,0
	Sim	109	34,8	36,0	100,0
	Total	303	96,8	100,0	
Omisso	Sistema	10	3,2		
Total		313	100,0		

Tabela 11– Frequência quanto ao percentual de policiais que já mataram ou feriram e os que nunca fizeram

Fonte: Dados da Pesquisa(2018)

No Gráfico 16 é possível observar a apresentação visual da tabela 11, em que entre os respondentes que já feriram ou raram e os que nunca o fizeram.

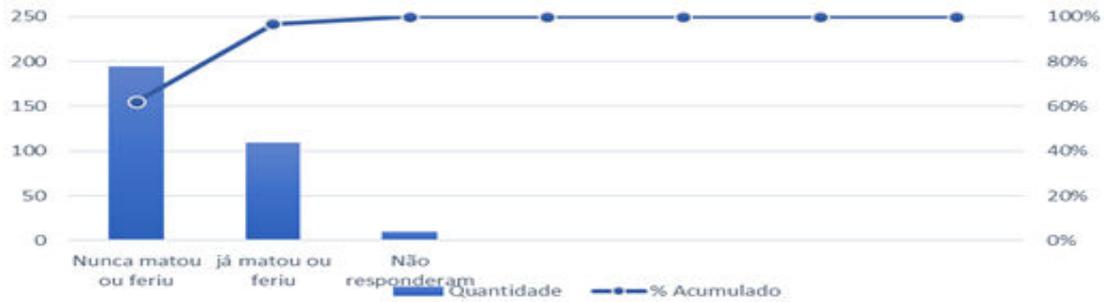


Gráfico 16 - Apresentação visual de percentual de policiais que já mataram e feriram e os que nunca fizeram

Fonte: Dados da Pesquisa (2018)

A pesquisa analisou então como se dá o percentual entre os policiais militares que já mataram ou feriram e os que nunca fizeram, verificou então que o posto médio dos policiais que já praticaram o ato de matar ou ferir é de **137,92** e para os que nunca fizeram **139,62**.

	<i>Já feriu ou Matou</i>	<i>N</i>	<i>Posto Médio</i>	<i>Soma de Postos</i>
<i>Índice de Resiliência</i>	<i>Sim</i>	101	137,92	13930,00
	<i>Não</i>	176	139,62	24573,00
	<i>Total</i>	277		

Tabela 12- Tabela de postos já feriu ou matou

Fonte: Dados da Pesquisa(2018)

	<i>Índice de Resiliência</i>
<i>U de Mann-Whitney</i>	8779,000
<i>Wilcoxon W</i>	13930,000
<i>Z</i>	-,170
<i>Significância Assint. (Bilateral)</i>	,865

Tabela 13– Teste Paramétrico de MannWhitney- Resiliência

Fonte: Dados da Pesquisa (2018)

Na tabela 13 de estatística de teste, nos interessa verificar a Significância Assintótica. No caso acima, a significância foi $<0,000$ ou seja, inferior a 0,05.

Portanto rejeitamos a hipótese nula de igualdade na distribuição em relação a resiliência dos que já feriu ou matou e os que nunca fizeram.

E para concluir, é apresentada a tabela 14 o relatório com a estatística descritiva sobre percentual de policiais de já feriu e matou e os nunca fizeram a fim de observar o nível de resiliência nos grupos.

Índice de Resiliência

<i>Já feriu ou Matou</i>	<i>Média</i>	<i>Mediana agrupada</i>	<i>Desvio Padrão</i>	<i>N</i>	<i>% de N total</i>
<i>Sim</i>	134,73	137,40	16,963	101	36,5%
<i>Não</i>	134,00	138,00	21,408	176	63,5%
<i>Total</i>	134,27	137,80	19,874	277	100,0%

Tabela 14– Relatório de Estatística Descritiva
Fonte: Dados da Pesquisa(2018)

Vemos na tabela acima por exemplo que o índice médio de policiais que já matou ou feriu é de 36,5% os que nunca fizeram é 63,5%.

Para representação visual, é apresentado o gráfico 17, chamado BOX-PLOT, utilizado para observação das distribuições de índices em relação à resiliência.

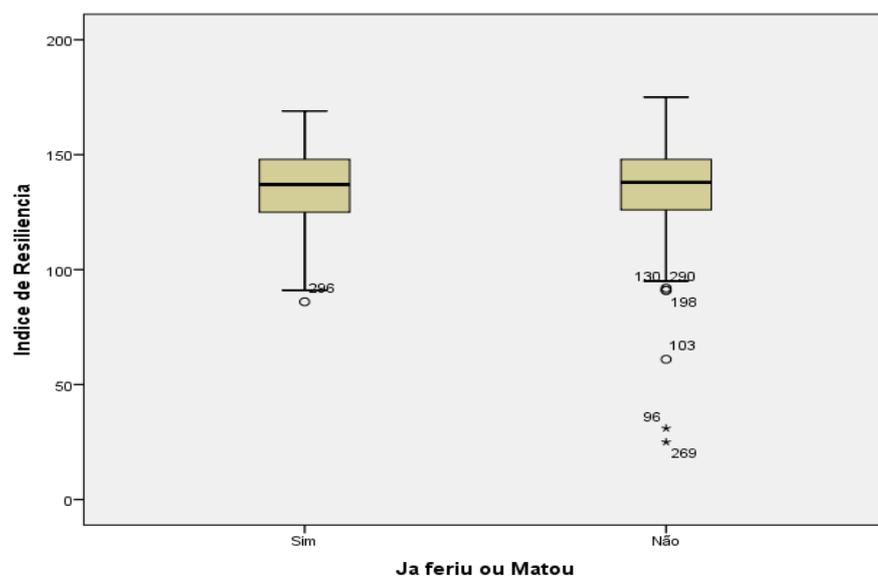


Gráfico 17–Representação visual dos dados estatísticos Índice de Resiliência
Fonte: Dados da Pesquisa (2018)

4.3.3. Nível de satisfação com a vida em policiais que gostariam ou não de mudar de profissão

Na tabela 15 de frequência, podemos observar que dos 313 entrevistados, 15 foram omissos, ou seja, não responderam se gostariam ou não mudar de profissão.

		<i>Frequência</i>	<i>Porcentagem</i>	<i>Porcentagem válida</i>	<i>Porcentagem cumulativa</i>
Válido	Não	232	74,1	77,9	77,9
	Sim	66	21,1	22,1	100,0
	Total	298	95,2	100,0	
Omisso	Sistema	15	4,8		
Total		313	100,0		

Tabela 15– Frequência quanto ao percentual entre policiais que gostariam ou não gostariam de mudar de profissão

Fonte: Dados da Pesquisa (2018)

Entre as 298 respostas válidas, temos que 232 entrevistados (77,9% das respostas válidas) responderam que NÃO gostariam de mudar de profissão enquanto 66 (22,1% das respostas válidas) responderam que SIM, gostariam de mudar de profissão.

No Gráfico 18 é possível observar a apresentação visual da tabela 15, entre os respondentes que gostariam de mudar de profissão e os que não gostariam de mudar de profissão, ou seja, o nível de satisfação com a vida.

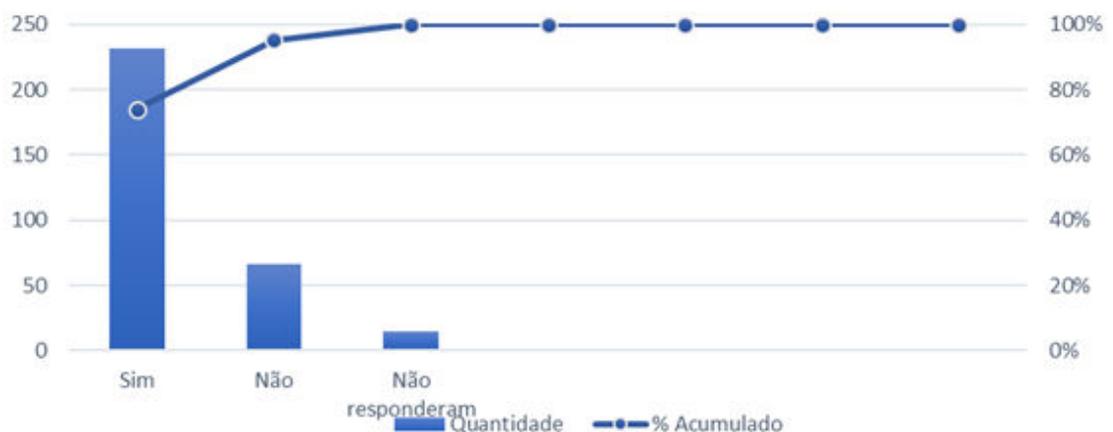


Gráfico 18– Apresentação Visual de percentual de policiais que gostariam de mudar de profissão e os que não gostariam

Fonte: Dados da Pesquisa (2018)

A pesquisa analisou então como se dá o nível de satisfação com a vida entre policiais que gostariam e os que não gostariam de mudar de profissão, a tabela 16 apresenta a satisfação com a vida dos policiais, verificou-se então que o posto médio em relação aos policiais que gostariam de mudar de profissão é de **111,77** e os que não gostariam de **155,85**.

<i>Gostaria de Mudar de Profissão</i>		<i>N</i>	<i>Posto Médio</i>	<i>Soma de Postos</i>
Índice de Satisfação com a Vida	Sim	65	111,77	7265,00
	Não	226	155,85	35221,00
	Total	291		

Tabela 16- Tabela de postos gostaria de mudar de profissão
Fonte: Dados da Pesquisa(2018)

O gráfico 19 mostra a representação visual da tabela de postos quanto ao índice de satisfação com a vida e o aspecto de mudar ou não mudar de profissão.

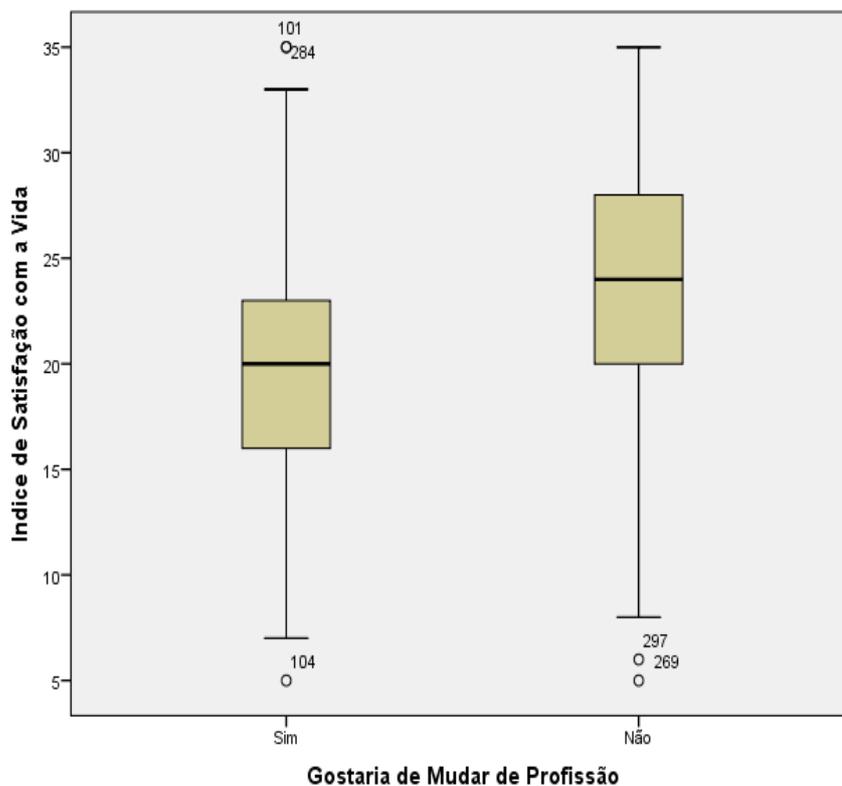


Gráfico 19 - Representação visual dos dados estatísticos do índice de satisfação com a vida
Fonte: Dados da Pesquisa (2018)

4.3.4. *Verificar se policiais que tiveram colegas mortos ou feridos possuem maior índice de afetos positivos do que os que não tiveram*

Na tabela 17 de frequência, podemos observar que dos 313 entrevistados, 10 foram omissos, ou seja, não responderam se já tiveram algum colega morto ou ferido

		Colega Morto ou Ferido			
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem válida	Porcentagem cumulativa
Válido	Não	99	31,6	32,7	32,7
	Sim	204	65,2	67,3	100,0
	Total	303	96,8	100,0	
Omisso	Sistema	10	3,2		
Total		313	100,0		

Tabela 17– Frequência quanto ao percentual de policiais que já tiveram ou não colegas mortos ou feridos

Fonte: Dados da Pesquisa (2018)

Entre as 303 respostas válidas, temos que 99 dos entrevistados (32,7% das respostas válidas) responderam que NÃO tiveram colegas feridos ou mortos enquanto 204 (67,1% das respostas válidas) responderam que SIM, já tiveram colegas feridos ou mortos.

No Gráfico 20 é possível observar a apresentação visual da tabela 17, entre os respondentes.

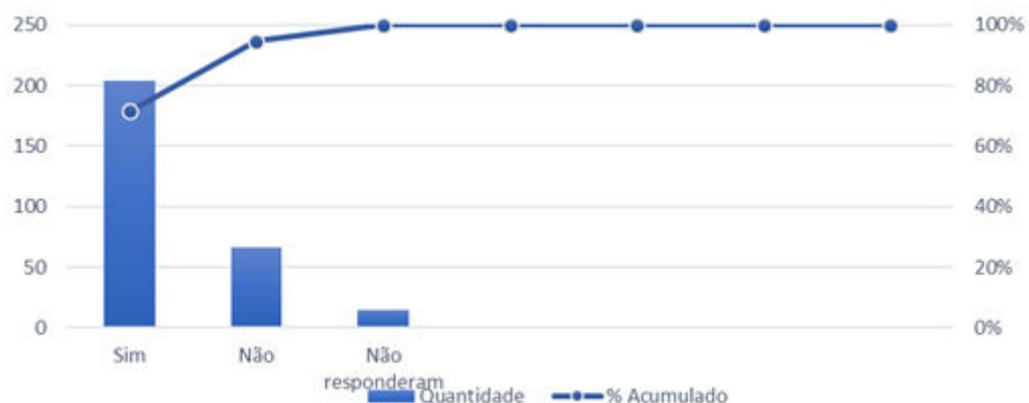


Gráfico 20- Apresentação Visual de percentual de policiais que tiveram colegas feridos e mortos
Fonte: Dados da Pesquisa (2018)

A pesquisa analisou então como se dá o nível de PANAS (Afetos Positivos e Negativos) entre policiais que já tiveram e os que não tiveram colegas mortos ou feridos, a tabela 18 apresenta os postos de afetos positivos, verificou-se que o posto médio em relação aos policiais que já tiveram colegas mortos ou feridos é de **140,68**, e que os que não tiveram colegas mortos ou feridos **172,70**.

		<i>Postos</i>		
<i>Colega Morto ou Ferido</i>		<i>N</i>	<i>Posto Médio</i>	<i>Soma de Postos</i>
<i>Índice Aspectos Positivos</i>	<i>Sim</i>	204	140,68	28699,00
	<i>Não</i>	97	172,70	16752,00
	<i>Total</i>	301		

Tabela 18– Tabela de Postos Colega morto ou Ferido

Fonte: Dados da Pesquisa (2018)

O gráfico 21 mostra a representação visual da tabela de postos quanto ao índice de afetos positivos em policiais que tiveram colegas mortos ou feridos e os que não tiveram.

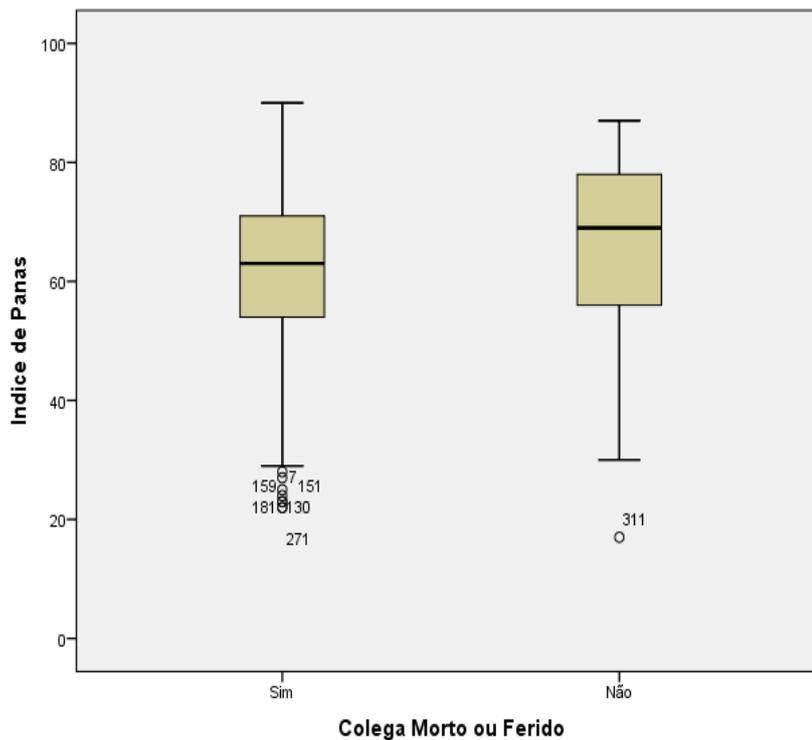


Gráfico 21- Representação visual da tabela de postos quanto ao Índice de Panas em policiais que já tiveram colegas mortos ou feridos
Fonte: Dados da pesquisa (2018)

5. CAPÍTULO 5

5.1. RESULTADOS

Este capítulo busca avaliar os objetivos desta dissertação a partir da discussão dos resultados obtidos através do estudo quantitativo que foi realizado.

A partir dessa análise pode-se vislumbrar alguns aspectos que interferem na saúde mental e física dos policiais da Brigada Militar.

Embora os traços da pesquisa sejam amplos, é importante salientar que foi aplicado questionário sociodemográfico a fim de colher os dados para a pesquisa, porém foi selecionado os aspectos que julguei relevante para responder aos objetivos específicos.

5.1.1. Resultado Estresse Percebido entre Policiais que praticam atividades de lazer e os que não praticam

Buscando primeiramente analisar o estresse percebido entre os policiais que praticam e o que não praticam atividades de lazer, foi possível identificar através da tabela 19, que dos 37 entrevistados que NÃO praticam atividades de lazer 8 (21,6%) deles estão no grupo dos que apresentam maiores índices de estresse, enquanto 29 (78,4%), estão no grupo de menores índices de estresse.

Tabulação cruzada Atividade Lazer * Flag Estressado

			Flag Estressado		Total
			0	1	
<i>Atividade Lazer</i>	<i>Não</i>	<i>Contagem</i>	8	29	37
		<i>% em Atividade Lazer</i>	21,6%	78,4%	100,0%
	<i>Sim</i>	<i>Contagem</i>	149	102	251
		<i>% em Atividade Lazer</i>	59,4%	40,6%	100,0%
<i>Total</i>		<i>Contagem</i>	157	131	288
		<i>% em Atividade Lazer</i>	54,5%	45,5%	100,0%

Tabela 19– Tabulação cruzada para avaliar estresse e atividades de lazer
Fonte: Dados da Pesquisa (2018)

O teste qui-quadrado que será mostrado na tabela 20, se baseia nas frequências observadas acima para decidir se existe associação significativa entre os fatores ou não.

O teste qui-quadrado de associação em tabelas de frequência cruzadas tem o objetivo é identificar se as frequências observadas no cruzamento das variáveis diferem ou não das frequências que seriam esperadas caso não houvesse nenhuma associação entre os fatores testados. Para realizar esta análise, foram usados os *flags*, que são uma representação binária destes índices, indicando presença ou ausência de determinada característica de acordo com os valores do índice.

Estes *flags*, serão posteriormente utilizados para identificar o nível de associação dos índices com outros aspectos identificados na pesquisa através de tabulação cruzadas.

É importante salientar que todos os marcadores foram divididos de maneira a segmentar os índices em suas respectivas medianas amostrais, de maneira que cada *flag* indica se um determinado indivíduo está posicionado entre os 50% maiores ou entre os 50% menores valores da amostra naquele respectivo, o *flag* a seguir indica com o número um (1) que o indivíduo entrevistado está entre os mais estressados e o número zero (0) indica que está entre os menos estressados.

{1, Índice Estresse Percebido \geq 23
0, Caso contrário

Testes qui-quadrado

	Valor	gl	Significância Assintótica (Bilateral)	Sig exata (2 lados)	Sig exata (1 lado)	Probabilidade de ponto
Qui-quadrado de Pearson	18,523	1	,000	,000	,000	
Correção de continuidade	17,033	1	,000			
Razão de verossimilhança	19,162	1	,000	,000	,000	
Teste Exato de Fisher				,000	,000	
Associação Linear por Linear	18,459	1	,000	,000	,000	,000
Nº de Casos Válidos	288					

Tabela 20– Teste qui-quadrado para estresse percebido e a pratica de atividades de lazer
Fonte: Dados da Pesquisa(2018)

Entre todos os valores apresentados, temos interesse principalmente nos valores de significância observados na primeira linha destacada, valores inferiores a 0,05 indicam que devemos rejeitar a hipótese nula de que as variáveis são independentes, ou seja que não possuem associação. Os valores de significância foram todos inferiores a 0,05, portanto rejeitamos a hipótese de independência. Em outras palavras, podemos afirmar que existe uma associação estatisticamente significativa entre estresse e a prática de atividades de lazer.

Entre os 251 indivíduos que responderam que SIM, praticam atividades de lazer, 149 (59,4%) estão no grupo de apresenta baixo índice de estresse, e 102 (40,6%) pertencem ao grupo com maiores índices de estresse. Nota-se que proporcionalmente aqueles que praticam atividades de lazer apresentam menores índices de estresse percebido.

5.1.2. Resultado Resiliência entre policiais de já mataram ou feriram e os que nunca fizeram

Buscando analisar a resiliência entre os policiais que já mataram ou feriram e os que nunca fizeram, foi possível identificar através da tabela 21, que das 277 respostas válidas, 101 responderam SIM, já feriu ou matou e 176 que NÃO, nunca feriu ou matou, entre os que responderam SIM, 53 (52,5%) estão no grupo dos que apresentam menores índices de resiliência enquanto 48 (47,5%), estão no grupo de maiores índices de resiliência, já os que NÃO mataram ou feriram 91(51,7%) está no grupo de baixo índice de resiliência, enquanto 85(48,3%), está no grupo com maiores índices de resiliência.

Tabulação cruzada Já feriu ou Matou * Flag Resiliente

			Flag Resiliente		Total
			0	1	
<i>Já feriu ou Matou</i>	<i>Sim</i>	<i>Contagem</i>	53	48	101
		<i>% em Já feriu ou Matou</i>	52,5%	47,5%	100,0%
	<i>Não</i>	<i>Contagem</i>	91	85	176
		<i>% em Já feriu ou Matou</i>	51,7%	48,3%	100,0%
<i>Total</i>		<i>Contagem</i>	144	133	277
		<i>% em Já feriu ou Matou</i>	52,0%	48,0%	100,0%

Tabela 21- Tabulação cruzada Resiliência em policiais que já mataram ou feriram
Fonte: Dados da Pesquisa (2018)

Quanto ao nível de associação dos índices com outros aspectos identificados na pesquisa através de tabelas cruzadas, o Flag Resiliente indica se o entrevistado está entre os 50% mais resilientes entre todos os policiais que responderam a pesquisa ou se está entre os 50% menos resilientes. O número um (1) indica que está entre os mais resilientes e o número zero (0) indica que está entre os menos resilientes.

{1, Índice Resiliência \geq 138
 {0, Caso contrário

O Teste Qui-quadrado de resiliência entre policiais que já mataram ou feriram, obteve o seguinte resultado na tabela 22:

Testes qui-quadrado						
	<i>Valor</i>	<i>gl</i>	<i>Significância Assintótica (Bilateral)</i>	<i>Sig exata (2 lados)</i>	<i>Sig exata (1 lado)</i>	<i>Probabilidade de ponto</i>
Qui-quadrado de Pearson	,015	1	,902	1,000	0,501	
<i>Correção de continuidade</i>	<i>,000</i>	<i>1</i>	<i>1,000</i>			
<i>Razão de verossimilhança</i>	<i>,015</i>	<i>1</i>	<i>,902</i>	<i>1,000</i>	<i>,501</i>	
<i>Teste Exato de Fisher</i>				<i>1,000</i>	<i>,501</i>	
<i>Associação Linear por Linear</i>	<i>,015</i>	<i>1</i>	<i>,902</i>	<i>1,000</i>	<i>,501</i>	<i>,099</i>
<i>Nº de Casos Válidos</i>	<i>277</i>					

Tabela 22– Teste Qui-quadrado Resiliência em policiais que já mataram ou feriram e os que nunca fizeram

Fonte: Dados da Pesquisa (2018)

Valores inferiores a 0,05 indicam que devemos rejeitar a hipótese nula de que as variáveis são independentes, ou seja que não possuem associação.

Os valores de significância foram todos inferiores a 0,05, o valor encontrado foi de 0,015>, portanto rejeitamos a hipótese de independência.

Em outras palavras, podemos afirmar que existe um associação estatisticamente significativa entre resiliência no caso de policiais que já mataram e feriram e os que nunca fizeram. Proporcionalmente, os policiais que nunca mataram ou feriram tem maiores índices de resiliência que os que já mataram ou feriram.

5.1.3. Resultado de Satisfação com a vida entre policiais que gostariam de mudar de profissão e os que não gostariam de mudar de profissão

Buscando analisar a satisfação com a vida entre os policiais que gostariam de mudar de profissão e os que não gostariam de mudar, foi possível identificar através da tabela 23, que das 291 respostas válidas, 65 responderam SIM, que gostariam de mudar de profissão e 226 que NÃO gostariam de mudar de profissão, entre os que responderam SIM, 49 (75,4%) estão no grupo dos que apresentam menores índices de satisfação com a vida, enquanto 16 (24,6%), estão no grupo de maiores índices de satisfação com a vida, já os que responderam que NÃO gostariam de mudar de profissão, 110 (48,7%) está no grupo de baixo índice de satisfação com a vida, enquanto 116 (51,3%), está no grupo com maiores índices de satisfação com a vida.

Tabulação cruzada Gostaria de Mudar de Profissão * Flag Satisfeito com a Vida

			Flag Satisfeito com a Vida		Total
			0	1	
Gostaria de Mudar de Profissão	Sim	Contagem	49	16	65
		% em Gostaria de Mudar de Profissão	75,4%	24,6%	100,0%
	Não	Contagem	110	116	226
		% em Gostaria de Mudar de Profissão	48,7%	51,3%	100,0%
Total		Contagem	159	132	291
		% em Gostaria de Mudar de Profissão	54,6%	45,4%	100,0%

Tabela 23- Tabulação cruzada Satisfação com a vida entre policiais que gostariam de mudar de profissão e os que não gostariam
Fonte: Dados da Pesquisa (2018)

Quanto ao nível de associação dos índices com outros aspectos identificados na pesquisa através de tabelas cruzadas, o Flag Satisfação com a vida indica se o entrevistado está entre os 50% mais satisfeitos entre todos os policiais que responderam à pesquisa ou se está entre os 50% menos satisfeitos. O número um

(1) indica que está entre os mais satisfeitos com a vida e o número zero (0) indica que está entre os menos satisfeitos com a vida.

{1, Índice Satisfação com a vida ≥ 23
 {0, Caso contrário

O Teste Qui-quadrado de satisfação com a vida em policiais que gostariam de mudar de profissão e os que não gostariam, obteve o seguinte resultado na tabela 24:

Testes qui-quadrado						
	Valor	gl	Significância Assintótica (Bilateral)	Sig exata (2 lados)	Sig exata (1 lado)	Probabilidade de ponto
Qui-quadrado de Pearson	14,533	1	,000	,000	,000	
Correção de continuidade	13,475	1	,000			
Razão de verossimilhança	15,211	1	,000	,000	,000	
Teste Exato de Fisher				,000	,000	
Associação Linear por Linear	14,483	1	,000	,000	,000	,000
Nº de Casos Válidos	291					

Tabela 24– Teste Qui-quadrado Satisfação com a vida entre policiais de gostariam de mudar de profissão e os que não gostariam.

Fonte: Dados da Pesquisa (2018)

Valores inferiores a 0,05 indicam que devemos rejeitar a hipótese nula de que as variáveis são independentes, ou seja que não possuem associação.

Os valores de significância foram todos inferiores a 0,05, o valor encontrado foi de 14,53>, portanto rejeitamos a hipótese de independência.

Em outras palavras, podemos afirmar que existe um associação estatisticamente significativa entre satisfação com a vida em policiais que gostariam de mudar de profissão e os que não gostariam.

Proporcionalmente, os policiais que não gostariam de mudar de profissão tem maiores índices de satisfação com a vida que os que gostariam de mudar de profissão

5.1.4. Resultado de Afetos Positivos em policiais que tiveram colegas mortos ou feridos e os que não tiveram

Buscando Análisar a afetos positivos entre os policiais que tiveram colega morto ou ferido e os que não tiveram , foi possível identificar através da tabela 25, que das 297 respostas válidas, 201 responderam que SIM, já tiveram colegas mortos ou feridos e 96 que NÃO, nunca tiveram colegas mortos ou feridos, sendo assim, dos que responderam SIM 121 (60,2%) estão no grupo de menores índices de afetos positivos, enquanto 80 (39,8%), estão no grupo de maiores índices de afetos positivos, já entre os 96 que NÃO tiveram colegas mortoss ou feridos, 44 (45,8%) está no grupo de baixo índice de afetos positivos, enquanto 52 (54,2%), está no grupo com maiores índices de afetos positivos

Tabulação cruzada Colega Morto ou Ferido * Flag Pessoa Positiva

			Flag Pessoa Positiva		Total
			0	1	
Colega Morto ou Ferido	Sim	Contagem	121	80	201
		% em Colega Morto ou Ferido	60,2%	39,8%	100,0%
	Não	Contagem	44	52	96
		% em Colega Morto ou Ferido	45,8%	54,2%	100,0%
Total		Contagem	165	132	297
		% em Colega Morto ou Ferido	55,6%	44,4%	100,0%

Tabela 25- Tabulação cruzada Afetos Positivos entre policiais que já tiveram colegas mortos ou feridos

Fonte: Dados da Pesquisa (2018)

Quanto ao nível de associação dos índices com outros aspectos identificados na pesquisa através de tabelas cruzadas, o Flag Afetos Positivos, indica se o entrevistado está entre os 50% mais positivos entre todos os policiais que responderam à pesquisa ou se está entre os 50% menos positivos.

O número um (1) indica que está entre os mais positivos e o número zero (0) indica que está entre os menos positivos.

{1, Índice Panas \geq 66
 {0, Caso contrário

O Teste Qui-quadrado de afetos positivos em policiais que já tiveram colegas mortos ou feridos e os que não tiveram, obteve o seguinte resultado apresentado na tabela 26.

Testes qui-quadrado

	Valor	gl	Significância Assintótica (Bilateral)	Sig exata (2 lados)	Sig exata (1 lado)	Probabilidade de ponto
Qui-quadrado de Pearson	5,430	1	,020	,025	,014	
Correção de continuidade	4,864	1	,027			
Razão de verossimilhança	5,415	1	,020	,025	,014	
Teste Exato de Fisher				,025	,014	
Associação Linear por Linear	5,412	1	,020	,025	,014	,007
Nº de Casos Válidos	297					

Tabela 26– Teste Qui-quadrado Afetos Positivos entre policiais que já tiveram colegas mortos ou feridos e os que nunca tiveram
 Fonte: Dados da Pesquisa (2018)

Os valores de significância foram todos inferiores a 0,05, portanto rejeitamos a hipótese de independência.

Em outras palavras, podemos afirmar que existe uma associação estatisticamente significativa entre afetos positivos entre o policial já teve colega morto ou ferido ou não. Proporcionalmente, os policiais que responderam NÃO tiveram colegas mortos ou feridos são mais positivos do que os que responderam SIM, tiveram colegas mortos ou feridos.

5.1.5. Resultado de afetos negativos em policiais que já tiveram colegas mortos ou feridos e os que nunca tiveram.

Buscando analisar afetos negativos entre os policiais que já tiveram colegas mortos e feridos, foi possível identificar através da tabela 27, que das 299 respostas válidas, 201 responderam que SIM, que já tiveram colegas mortos ou feridos e 98 que NÃO que nunca tiveram colegas mortos ou feridos, sendo assim, dos que responderam SIM 92 (45,8%) estão no grupo de menores índices de afetos negativos, enquanto 109 (54,2%), estão no grupo de maiores índices de afetos negativos, já entre os 98 que responderam que NÃO tiveram colega morto ou ferido, 58 (59,2%) está no grupo de baixo índice afetos negativos, enquanto 40 (40,8%), está no grupo com maiores índices de afetos negativos.

Tabulação cruzada Colega Morto ou Ferido * Flag Aspectos Negativos

			Flag Aspectos Negativos		Total
			0	1	
Colega Morto ou Ferido	Sim	Contagem	92	109	201
		% em Colega Morto ou Ferido	45,8%	54,2%	100,0%
	Não	Contagem	58	40	98
		% em Colega Morto ou Ferido	59,2%	40,8%	100,0%
Total		Contagem	150	149	299
		% em Colega Morto ou Ferido	50,2%	49,8%	100,0%

Tabela 27- Tabulação cruzada Afetos Negativos em policiais que já tiveram colegas mortos ou ferido
Fonte: Dados da Pesquisa (2018)

Quanto ao nível de associação dos índices com outros aspectos identificados na pesquisa através de tabelas cruzadas, o Flag Afetos negativos, indica se o entrevistado está entre os 50% mais negativos entre todos os policiais que responderam à pesquisa ou se está entre os 50% menos negativos.

O número um (1) indica que está entre os mais negativos e o número zero (0) indica que está entre os menos negativos.

{1. Índice Panas > 66
{0. Caso contrário

O Teste Qui-quadrado afetos negativos de policiais que já tiveram colegas mortos ou feridos e os não tiveram, obteve o seguinte resultado apresentado na tabela 28.

Testes qui-quadrado						
	Valor	gl	Significância Assintótica (Bilateral)	Sig exata (2 lados)	Sig exata (1 lado)	Probabilidade de ponto
Qui-quadrado de Pearson	4,741	1	,029	,036	,020	
Correção de continuidade	4,219	1	,040			
Razão de verossimilhança	4,761	1	,029	,036	,020	
Teste Exato de Fisher				,036	,020	
Associação Linear por Linear	4,725	1	,030	,036	,020	,009
Nº de Casos Válidos	299					

Tabela 28- Teste Qui-quadrado Afetos Negativos em policiais que já tiveram colegas mortos ou feridos e os que nunca tiveram
Fonte: Dados da Pesquisa (2018)

Os valores de significância foram todos inferiores a 0,05, portanto rejeitamos a hipótese de independência. Em outras palavras, podemos afirmar que existe uma associação estatisticamente significativa de afetos negativos entre policiais que já tiveram colegas mortos e os que não tiveram.

Proporcionalmente, os que responderam SIM, já tiveram colegas mortos são mais negativos que os que responderam NÃO, que nunca tivera colegas mortos..

É importante salientar que entre os respondentes, as amostras foram classificadas em relação ao sexo, como masculino e feminino, embora de acordo com a tabela 6, considerou-se importante apontar que 12,5% são mulheres e 87,5% são homens, entretanto, fazer uma breve descrição de quem apresenta maior índice de resiliência, estresse percebido, satisfação com a vida e afetos positivos e negativos entre militares homens e militares mulheres.

De acordo com a tabela 29 apresenta o índice de resiliência entre masculino e feminino, ou seja, 87,6% dos homens possui maior índice de resiliência em relação às mulheres com 12,4% de resiliência

Índice de Resiliência

<i>Sexo</i>	<i>Média</i>	<i>Mediana agrupada</i>	<i>Desvio Padrão</i>	<i>N</i>	<i>% de N total</i>
<i>Masculino</i>	134,08	137,46	19,873	248	87,6%
<i>Feminino</i>	134,86	139,00	19,344	35	12,4%
<i>Total</i>	134,18	137,67	19,777	283	100,0%

Tabela 29– Índice de resiliência entre policiais do sexo masculino e feminino
Fonte: Dados da pesquisa (2018)

De acordo com a tabela 30 apresenta o índice de Estresse entre masculino e feminino, ou seja, 86,8% dos homens possui maior índice de estresse em relação às mulheres com 13,2%.

Índice de Estresse

<i>Sexo</i>	<i>Média</i>	<i>Mediana agrupada</i>	<i>Desvio Padrão</i>	<i>N</i>	<i>% de N total</i>
<i>Masculino</i>	22,45	22,68	7,845	257	86,8%
<i>Feminino</i>	24,00	23,40	10,008	39	13,2%
<i>Total</i>	22,65	22,78	8,160	296	100,0%

Tabela 30 - Índice de Estresse entre policiais do sexo masculino e feminino
Fonte: Dados da Pesquisa (2018)

De acordo com a tabela 31 apresenta o índice de afetos positivos entre masculino e feminino, ou seja, 88,6% dos homens possui maior índice de afetos positivos em relação às mulheres com 12,3%.

Índice Afetos Positivos

<i>Sexo</i>	<i>Média</i>	<i>Mediana agrupada</i>	<i>Desvio Padrão</i>	<i>N</i>	<i>% de N total</i>
<i>Masculino</i>	33,57	34,00	7,299	272	87,7%
<i>Feminino</i>	31,58	31,60	9,129	38	12,3%
<i>Total</i>	33,33	33,67	7,559	310	100,0%

Tabela 31– Índice de Afetos positivos em policiais do sexo masculino e feminino
Fonte: Dados da Pesquisa(2018)

De acordo com a tabela 32 apresenta o índice de satisfação com a vida entre masculino e feminino, ou seja, 87,2% dos homens possui maior índice de satisfação com vida em relação às mulheres com 12,8% , isto é, o teste Qui-quadrado encontrou associação significativa entre satisfação com a vida

Índice de Satisfação com a Vida

<i>Sexo</i>	<i>Média</i>	<i>Mediana agrupada</i>	<i>Desvio Padrão</i>	<i>N</i>	<i>% de N total</i>
<i>Masculino</i>	22,74	22,65	6,629	266	87,2%
<i>Feminino</i>	22,54	21,67	7,813	39	12,8%
<i>Total</i>	22,72	22,55	6,778	305	100,0%

Tabela 32- Índice de Satisfação com a vida em policiais do sexo masculino e feminino
Fonte: Dados da Pesquisa(2018)

6. CAPÍTULO 6

6.1. DISCUSSÃO

Este capítulo é uma avaliação dos objetivos desta dissertação a partir da discussão dos resultados obtidos através de pesquisa predominantemente quantitativa e de abordagem qualitativa que foram realizadas neste estudo.

É possível então vislumbrar nesta dissertação partindo desta discussão algumas motivações que emergem sobre a saúde mental dos policiais da Instituição Brigada Militar.

Os objetivos que permeiam este estudo foram para apresentar e caracterizar a amostra.

Buscaram, também, investigar os indicadores de Estresse Percebido, Satisfação com a Vida, Resiliência e Afetos Positivos e Negativos em um ambiente militar estadual a partir da percepção para a Avaliação e Promoção em Saúde e Desenvolvimento Humano.

No estudo qualitativo, a variável que surgiu para a primeira pergunta da entrevista para a pesquisa, foi sobre o perfil pessoal e profissional dos policiais.

A pergunta que deu início ao estudo focando os objetivos específicos foram: Se os policiais da Brigada Militar praticam ou não praticam atividades de lazer, a fim de descobrir, qual o perfil tem mais tendência ao estresse percebido, logo em seguida, a segunda pergunta foi sobre os policiais da Brigada Militar que já mataram ou feriram e se o fato possui alguma relação com aspectos de resiliência, a terceira pergunta foi se os policiais da Brigada Militar já tiveram colega morto ou ferido, a fim de avaliar seu nível de afetos positivos e negativos e por fim, através da pergunta se gostariam de mudar de profissão ou não, pode-se verificar a satisfação com a vida.

Nas respostas dadas pelos policiais, a priori, não é possível detectar nenhum desses fatores psicológicos, somente através de estudo quantitativo foi possível identificar os índices apresentados, para fim de compreensão, nunca se falou tanto em estresse.

“O mundo de hoje é realmente estressante. A competição feroz entre as empresas, a globalização, os programas de qualidade, produtividade e tantos outros deixam o indivíduo estressado” (MARINS, 2003).

Não seria diferente com o policial, que muitas vezes passa por diversas situações que culmina em estresse percebido.

Foi identificado que fatores externos contribuem para o estresse, a dura rotina da profissão seria o vértice do estresse na vida dos policiais militares da amostra em estudo e que atividades de lazer contribuem para reduzir a pressão do dia-a-dia.

A grande maioria dos policiais que responderam à pesquisa encontrava-se em uma fase de estresse capaz de lidar com as tensões e eliminar os sintomas.

Entretanto, se os policiais não obtiverem acesso à estratégias para lidar com os eventos estressores, acabarão propensos a uma debilidade até mesmo da saúde física e mental e as prováveis fases consequentes do estresse, podendo chegar à fase de exaustão. Por fim sendo passíveis de intervenção por profissional especializado de acordo com a gravidade do caso.

Um segundo aspecto que foi abordado no estudo, está a questão da resiliência em policiais que já matou ou feriu, o resultado apresentou maior índice de resiliência em policiais que nunca o fizeram, o dado quantitativo mostra que 52,5% são menos resilientes que 47,5% dos que responderam que sim, já matou ou feriu.

O terceiro aspecto que a pesquisa investigou foi a satisfação com a vida dos policiais, que envolve a questão desejar mudar ou não de profissão. É possível observar no estudo que quanto ao fator satisfação com a vida os policiais que apresentaram maior índice de satisfação foram os que responderam que não gostariam de mudar de profissão.

O resultado encontrado apontou no quarto aspecto, que o grupo de policiais que nunca passou por situação de ter colegas mortos ou feridos, possui um índice maior de afetos positivos.

Conclui-se então, que afetos positivos, satisfação com a vida, resiliência e estresse percebido, envolvem aspectos extrínsecos e intrínsecos, parece afetar ações e atitudes comportamentais inerentes à produtividade, tanto individual, como no convívio em grupo.

7. CAPÍTULO 7

7.1. CONCLUSÃO

Esta dissertação traz em sua parte introdutória os fatores que representam a saúde mental dos policiais da Brigada Militar, abordando aspectos da Psicologia Positiva, que vêm crescendo nas últimas décadas.

Inúmeros artigos, periódicos e obras sobre a psicologia positiva levantam as questões de estresse, satisfação com a vida, resiliência, afetos positivos e afetos negativos, com o intuito de desenvolver propostas que cooperem com o crescimento de estudos relevantes na área. Os fatores psicológicos são muito importantes, pois se não forem bem organizados pode desencadear inúmeros problemas, gerando até mesmo sintomas diversos.

A sintomatologia de estresse por exemplo, se manifesta, principalmente, por meio de fatores psicológicos, com baixos níveis de sintomas físicos e com predominância na fase de resistência.

Buscou-se ainda compreender, como é a convivência dos policiais com a sua realidade no trabalho, adentrando em aspectos como enfrentar a morte de colegas, se estão satisfeitos com a vida em termos gerais, se estão satisfeitos com o trabalho, que faz parte do tentáculo de satisfação com a vida e se possuem pensamentos positivos no seu cotidiano.

No entanto é importante observar que para que haja mudanças no contexto atual, há necessidade de mudanças de pensamento e de cultura, ou seja, os envolvidos devem estar abertos para buscar ajuda quando necessário e também a instituição em disponibilizar programas para auxílio e incentivo na prevenção e cura dessas patologias. É importante lembrar que para haja bom desenvolvimento na atuação desses homens como profissionais, primeiramente devem ser aperfeiçoados como seres humanos.

Esta pesquisa também é uma forma da pesquisadora compreender como expandir suas aptidões de desenvolvimento humano e seu trabalho junto à Brigada Militar.

As considerações finais desse estudo elenca o ponto inicial de novas pesquisas sobre o tema e o público em questão, é importante salientar que embora

tenha crescido na última década o número de publicações, ainda há carência de estudo empírico do tema abordado.

7.2. PROPOSTA PARA TRABALHOS FUTUROS

De acordo com todo o trabalho desenvolvido, foi possível perceber o quanto à saúde mental contribui para uma vida satisfatória para o policial, e alguns problemas foram levantados no início da pesquisa, como a dificuldade encontrada pelos policiais por conta da crescente violência, então, com o propósito de encontrar meios de melhorar a qualidade de vida dos policiais da Brigada Militar propõe-se:

- A criação de um programa de prevenção ao estresse;
- Levantar pesquisas que possam encontrar as causas e motivos que desencadeiam o estresse, a baixa satisfação com a vida, a dificuldade em suplantar dificuldades e excesso de negatividade;
- Monitorar a saúde psicológica dos policiais com acompanhamento de profissionais da área da saúde, de forma preventiva;
- Elaborar eventos que vise a levantar a imagem pública dos policiais militares;
- Elaborar eventos familiares para a integração da família e policiais a fim de valorizar sua atividade profissional.

São sugestões de trabalhos futuros que podem contribuir com a saúde mental dos policiais da Brigada Militar.

REFERÊNCIAS

ALBUQUERQUE, A. S., & Tróccoli, B. T. (2004). Desenvolvimento de uma escala de bem-estar subjetivo. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 20(2), 153-164.

ARCHELA, S. Roseli, Gratão, H.B. Lúcia e Trostdorf, S Maria. O lugar dos mapas mentais na representação do lugar. *Revista Eletrônica – V.13, n.1, jan-jun e 2004..*

BARDAGI, M.P.; OLIVEIRA, M.L.P. ESTRESSE E COMPROMETIMENTO COM A CARREIRA EM POLICIAIS MILITARES. Universidade Luterana do Brasil. Santa Maria. R.S. *Boletim de Psicologia*, 2010, Vol. LIX, Nº 131: 153-166 [\[Link\]](#)

BRADBURN, N. M. (1969). *The structure of psychological well-being*. Chicago: Aldine [\[Link\]](#)

BOLETINS DA BRIGADA MILITAR, 3º R.C. (3º Regimento de Cavalaria), 2º trimestre de 1952. [\[Link\]](#)

BORGES, Geraldo Coimbra. *Histórico e evolução do ensino na Brigada Militar*. Porto Alegre: Ed. Brigada Militar, 1990. 76 p.[\[Link\]](#)

BRASIL. *Constituição da República Federativa do Brasil*. São Paulo: Saraiva, 2010. [\[Link\]](#)

CAPPELLI, M.C.A. Mulheres Policiais Relações de Poder e de Gênero na Polícia de Minas Gerais. • RAM, REV. ADM. MACKENZIE, V. 11, N. 3, Edição Especial • SÃO PAULO, SP • MAIO/jun. 2010 • ISSN 1678-6971 • Submissão: 11 jan. 2010. Aceitação: 27 fev. 2010. Sistema de avaliação: às cegas dupla (double blide review). UNIVERSIDADE PRESBITERIANA MACKENZIE. Walter Bataglia (Ed.), p. 71-99. [\[Link\]](#)

COSTA, Arthur Trindade Maranhão. *Entre a lei e a ordem: violência e reforma nas Polícias do Rio de Janeiro e Nova York*. Rio de Janeiro: Editora FGV, 2004. [\[Link\]](#)

COHEN, S., KARMACK, T., & MERMELSTEINM, R. A global measure of perceived stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 24(4), 385-396, 1983. [\[Link\]](#)

COHEN, S., WILLIANSON, GM. Perceived Stress in a Probability Sample of United States. In: Spacapan S, Oskamp S, editores. *The Social Psychology of Health: Claremont Symposium on applied social psychology*. Newbury Park, CA: Sage; 1988. [\[Link\]](#)

COSTA, Arthur Trindade Maranhão. *Entre a lei e a ordem: violência e reforma nas Polícias do Rio de Janeiro e Nova York*. Rio de Janeiro: Editora FGV, 2004. [\[Link\]](#)

CYRULINK B. O que é resiliência? In: POLETTI, R., DOBBS, B. A Resiliência: a arte de dar a volta por cima. 2. Ed. Petropolis: Vozes, 2010.

DIENER, E. Subjective Well-being: The science of happiness, and a proposal a national index. *American Psychologist*. v. 55, n. 1, p. 34-43, Oct. 2000.

DIENER, E.; LUCAS, R. E.; OISHI, S. Subjective Well-Being: the science of happiness and life satisfaction. In: SNYDER, C. R; LOPES, S. (Orgs.). *Handbook of Positive Psychology*. New York: Oxford, p. 63-73, Set. 2002.

DIENER, E.; SCOLLON, C. N.; LUCAS, R. E. The evolving concept of subjective well-being: the multifaceted nature of happiness. *Advances in cell aging and gerontology*. v. 15 Set. 2003.

Di Lascio, C. H.R A Psicologia no trabalho. *Revista contato – CRP 08*, ano 23 / nº 113, p.11, Curitiba, 2001. [[Link](#)]

Doménech Betoret, F., & Gómez Artiga, A. (2010). Barriers perceived by teachers at work, coping strategies, self-efficacy and burnout. *The Spanish Journal of Psychology*, 13(2), 637-654. Retrieved from

EMMONS, R. A. (1986). Personal Strivings: An approach to personality and subjective well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 1058-1068. [[Link](#)]

FAORO, R. Os donos do poder: formação do patronato político brasileiro. 12. ed. São Paulo: Globo, 1997. [[Link](#)]

GONÇALVES, S. M. M.; LEITE, A. P. T. T. Trabalho e Flow: Contribuições da Psicologia Positiva. *Diversa, Parnaíba*, v.2, n3, p.41-59, 2009. Disponível em <http://www.ufpi.br/subsiteFiles/parnaiba/arquivos/files/rded3ano2_art_03_trabalho_e_flow.pdf> Acesso em: 18 de Fevereiro de 2018.

FERNANDES, D. C. Evidência de validade para a escala de satisfação no trabalho: estudo com funcionário público. 2012. 98 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia) - Universidade São Francisco, Itatiba, 2012.

GAZZOTTI, A. A., & VASQUES-MENEZES, I. (1999). Suporte afetivo e o sofrimento psíquico em *burnout*. Em W. Codo (Org.), *Educação: Carinho e trabalho* (pp. 261-266). Rio de Janeiro: Vozes. [[Link](#)]

Giacomoni, C. H., & Hutz, C. S. (2008). Escala multidimensional de satisfação de vida para crianças: Estudos de construção e validação. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 25(1), 23-35. [[Link](#)]

GIL-MONTE, P. R. (2005). *El síndrome de quemarse por el trabajo (burnout): Una enfermedad laboral em la sociedad del bienestar*. Madrid, España: Pirámide []

GIL, A. C. Como Elaborara projetos de Pesquisa. São Paulo. Atlas, 2007.

GROTBERG, Edith Henderson. Introdução: Novas tendências em resiliência. In: MELILLO, A; OJEDA, E. N. S. e colaboradores. Resiliência: descobrindo as próprias fortalezas. Porto Alegre: Artmed, 2005. p. 15-22.

GUEBUR, L. S. Estresse ocupacional e a síndrome de Burnout na vida profissional das mulheres. Trabalho de Conclusão de Curso (Pós-Graduação), Universidade Tuiuti do Paraná, Curitiba, PR, 2011. [\[Link\]](#)

HAUDENSCHI, T.R. L (2005). Trauma, resistência e resiliência. Congresso da. Associação Internacional de Psicanálise (IPA), 44, Rio de Janeiro. Disponível em:http://abp.org.br/teresa_ipa.doc. Acesso em 26 agosto de 2017.

HELPGUIDE.ORG. **Preventing Burnout: signs, symptoms, causes, and coping strategies**. 2014. Disponível em:< <https://www.helpguide.org/>>. Acesso em 05 de setembro de 2017.

HISTÓRIA DA BRIGADA MIITAR. Disponível em:
<http://historiadabrigadamilitar.rs.gov.br/Instituconal/historia#titulo>. Acesso em: 05 de janeiro de 2018. [\[Link\]](#)

HOLLOWAY, Thomas H. Polícia no Rio de Janeiro: repressão e resistência numa cidade do século XIX. Tradução de Francisco de Castro Azevedo. Rio de Janeiro: FGV, 1997. [\[Link\]](#)

HOLT, T.J; BLEVINSK, K.R. Examining Job Stress and Satisfaction Among Digital Forensic Examiners. Journal of Contemporary Criminal Justice, v. 27, n.2, p. 230-250, 2011.

HOUAISS, A. VILLAR, M.S., & FRANCO, F.M.M. (Org.) (2001). Dicionário Houaiss da Língua Portuguesa. Rio de Janeiro: Objetiva [\[Link\]](#)

KEYS C. L. M. Bem-estar social. Psicologia Social Trimestral. 1998; 61: 121-140.

KEYS, C. L. M, & LOPEZ, S. J. (2005). Toward a science of mental health: Positives directions in diagnosis an interventions. In: C. R. SNYDER, & J.S.

LELIS, J.W.F. Estresse e Satisfação no trabalho de profissionais que exercem a função de gestores na área comercial. 2013. 117f. Dissertação (Mestrado em Administração) - Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo, 2013

LAPLANCHE & PONTALIS. Vocabulário da psicanálise. São Paulo: Martins Fontes, 1995.

LAZZARINI, Álvaro. Estudos de direito administrativo. São Paulo: Editora Revista dos Tribunais, 2008. [\[Link\]](#)

Leite de Abreu, K., Stoll, I., Ramos, L.S., Baumgardt, R. A. & Kristensen, C.H. (2002). Estresse ocupacional e Síndrome de Burnout no exercício profissional da psicologia. *Revista Psicologia: ciência e profissão* 22 (2), 22-29. [\[Link\]](#)

LINLEY, P.A., JOSEPH, S., HARRINGTON, S., & WOOD, A. M. (2006). Positive Psychology: past, present, and (possible) future. *Journal of Positive Psychology*, v.1, n. 1., p.3-16.

LIPP, M. N., & Rocha J. C. (1994). *Stress, hipertensão arterial e qualidade de vida: Um guia de tratamento ao hipertenso*. Campinas: Papirus.

LOPEZ (Eds.), *Handbook of positive psychology*. (pp.45-59). New York: University Press.

LOPES, L.F.D.; MULLER, I.; SOUZA, A.M. ANSUJ, A.P.; MORAES, D.A.O.; MOREIRA JR.; F.J.; PULGATI, F.H.; STRAZZABOSCO, F. **Estatística Geral**. Caderno didático. 3. Ed. Santa Maria: UFSM, 2008. [\[Link\]](#)

MARINS, L. *Livre-se dos “Corvos”*. São Paulo: Harbra, 2003.

MARTINS, M. C. F., Emilio, E. R., & Siqueira, M. M. M. (2011). Construção e validação da Escala de Avaliação de Resiliência – EAR. *Anais eletrônicos do Congresso Norte-Nordeste de Psicologia*, Salvador.

MEZZOMO, Sócrates Ragnini. O sofrimento psíquico dos expurgados da Brigada Militar no período da repressão: 1964-1984. Dissertação de Mestrado em História. Universidade de Passo Fundo. Instituto de Filosofia e Ciências Humanas, Curso de Pós-graduação em História. pp 127, Março de 2005, Passo Fundo. [\[Link\]](#)

MUNIZ, Jaqueline. A Crise de Identidade das Polícias Militares Brasileiras: Dilemas e Paradoxos da Formação Educacional. *Security and defense Studies Review*. Rio de Janeiro, p 192, v.1, PP 177-198, 2001 [\[Link\]](#)

NASCIMENTO, S. H. **As Relações entre Inteligência Emocional e Bem-Estar no Trabalho**. 2006. 101 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia da Saúde) – Faculdade de Psicologia, UMESP, São Bernardo do Campo, 2006.

Novo Dicionário básico de língua portuguesa. Rio de Janeiro: Nova Fronteira; Folha de São Paulo. [Ferreira, A. B. H. \(1988\)](#)

NUNOMURA, M, Teixeira LAC, Caruso MRF. Nível de estresse em adultos após 12 meses de prática regular de atividade física. *Rev. Mackenzie Ed Fís. Esp.* 2004; 3(3):125- [\[Link\]](#)

PALUDO, S. S., & KOLLER, S. H. (2007). Psicologia Positiva. Uma nova abordagem para antigas questões. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/paideia/v17n36/v17n36a02.pdf>> Acesso em: 14 de Agosto de 2017

PÉREZ-RAMOS, j., & PÉREZ-RAMOS, A.M.Q, (2004). Novas Perspectivas da Psicologia Positiva. *Boletim Academia Paulista de Psicologia, janeiro-abril, vol. XXIV, n.1.*

Psicologia positiva e resiliência: o foco no indivíduo e na família. *Psicologia e estudos*, 8 (especial),75-84 [[Link](#)]

RIVAS, L. Efetivo da Brigada Militar é menor que dos últimos dez anos no Rio Grande do Sul. Disponível em: <<http://www.radioguaiba.com.br/noticia/efetivo-da-brigada-militar-e-o-menor-dos-ultimos-dez-anos-no-rio-grande-do-sul/>> Acesso em: 16 de Fevereiro de 2018.[[Link](#)]

RIBEIRO, Aldo Ladeira. Brigada Militar do Rio Grande do Sul: um monumento de tradições. [Porto Alegre, Ed. Brigada Militar, s.d.]. 47 p. (Coleção 150 anos Brigada Militar). [[Link](#)]

RYFF, C. D. Happiness Is Everything, or Isn't It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*. v. 57, n. 6, p. 1069-1081, Oct. 1989.

SELIGMAN, M.; CSIKSZENTMIHALYI, M. Positive Psychology: an introduction. **American Psychologist**, New York, v.55, n. 1, p. 5-58, 2000.

SEKLECKA, L.; MAREK, T.; LACALA, Z. Work Satisfaction, Causes, and Source of Job Stress and Specific Ways of Coping: A Case Study of White-Collar Outsourcing Service Employees. *Human Factoring and Ergonomics in Manufacturing & Service Industries*. V. 23, n.6, p. 590-600, 2013.

SODRÉ, Nelson Werneck. A História Militar do Brasil. Editora Civilização brasileira. Rio de Janeiro 1979. 3º Ed [[Link](#)]

SILVA, Najara Santos da: Brigada Militar: Há 174 anos zelando pelo cidadão Sul Rio-grandense. **Revista da Brigada Militar, Porto Alegre: Brigada Militar**, Dezembro de 2012 (Publicação Comemorativa dos 175 anos da corporação) [[Link](#)]

SILVA, K.L.A.B. Impacto dos Valores Organizacionais e da Satisfação no trabalho na Intenção de Rotatividade. 2007. 199 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia Aplicada) - Universidade Federal e Uberlândia, 2007.

TAVARES, L. A. Manutenção centrada no negócio. 1ª edição. Rio de Janeiro: NAT, 2005. 164 p.

WHITE, M. D.; COOPER, J. A.; SAUNDERS, J.; RAGANELLA, A. J. Motivations for becoming a police officer: re-assessing officer attitudes and job satisfaction after six years on the street. *Journal of Criminal Justice*, v. 38, p. 520-530, 2010.

WAGNILD, G. M., & Young, H. M. (1993). Development and psychometric evaluation of the Resilience Scale. *Journal of Nursing Measurement*, 1, 165-178.

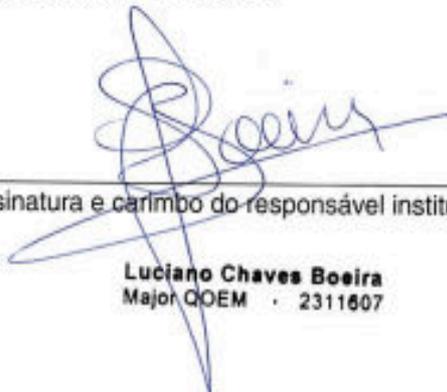
YUNES, M. Â. M. e Szymanski, H. (2006). O estudo de uma família "que supera as adversidades da pobreza": um caso de resiliência em família? *Psicodebate: Psicologia, Cultura y Sociedad*, Palermo, 7, 119-139.

ANEXO 1- DECLARAÇÃO DA INSTITUIÇÃO COPARTICIPANTE – CONSELHO DE ÉTICA EM PESQUISA**DECLARAÇÃO DA INSTITUIÇÃO COPARTICIPANTE**

Titulo do Projeto: AVALIAÇÃO DO AFETO POSITIVO E NEGATIVO, SATISFAÇÃO COM A VIDA E RESILIÊNCIA EM MILITARES ESTADUAIS
Nome do Pesquisador Responsável: Mirian Silva de Moraes Leiria

Declaro conhecer e cumprir as Resoluções Éticas Brasileiras, em especial a Resolução CNS 466/12. Esta instituição está ciente de suas coresponsabilidades como instituição coparticipante do presente projeto de pesquisa, e de seu compromisso no resguardo da segurança e bem-estar dos sujeitos nela recrutados, dispondo de infraestrutura necessária para a garantia de tal segurança e bem estar.

Nome da Instituição: **BRIGADA MILITAR**


Assinatura e carimbo do responsável institucional
Luciano Chaves Boeira
Major QOEM • 2311607

ANEXO 2- TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE ESCLARECIDO (TCLE)**TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO**

Você está sendo convidado(a) para participar da pesquisa que tem como objetivo avaliar afetos positivos e negativos, satisfação com a vida e resiliência em militares Estaduais. A presente pesquisa está sob a responsabilidade da aluna de Mestrado em Saúde e Desenvolvimento Humano/UNILASALLE Mirian Silva de Moraes Leiria e sob a orientação dos pesquisadores: Professora Dr^a. Prislá Ucker Calvetti e da Co orientadora Professora Dr^a. Gilca Maria Lucena Kortmann.

Você responderá três questionários de pesquisa, sendo um com 25 itens, outro com 20 itens e outro com 5 itens, os quais deverão ser lidos atentamente e respondidos com sinceridade. As dúvidas sobre quaisquer aspectos da pesquisa poderão ser esclarecidas antes e durante o seu desenvolvimento. Os resultados deste estudo serão usados somente para fins científicos. Na publicação dos resultados desta pesquisa, sua identidade será mantida no mais rigoroso sigilo, de forma a garantir a sua privacidade e o seu anonimato. Sua participação no estudo é voluntária, de forma que, caso você decida não participar, poderá desistir a qualquer momento, sem a necessidade de comunicar-se com o(s) pesquisador (es); Não haverá custos financeiros ao aceitar participar da pesquisa. Os riscos previstos são mínimos, relacionados à eventual desconforto em responder o questionário. Como benefício aos participantes da pesquisa, será realizado uma palestra abordando a temática pesquisada. O tempo previsto para responder será de aproximadamente 35 minutos. Após o término do estudo, os questionários preenchidos, serão descartados através de incineração.

Esse documento foi revisado e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa. Você receberá duas vias, uma ficará com o participante e a outra com a pesquisadora. Qualquer dúvida a respeito da pesquisa, você poderá entrar em contato com: Mirian Silva de Moraes Leiria através de contato telefônico no celular 51 984326486 ou através do e- mail: mismoraes@yahoo.com.br. Poderá também entrar em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa – Unilasalle, através do e- mail: cep.unilasalle@unilasalle.edu.br.

Local e Data

Participante da Pesquisa

Local e Data

Pesquisador Responsável

ANEXO 3 - QUESTIONÁRIO DE PESQUISA SÓCIODEMOGRÁFICO**QUESTIONÁRIO SÓCIO DEMOGRÁFICO**

1. Idade (em anos): _____
2. Sexo: () Masculino () Feminino
3. Estado Civil: () Solteiro (a) () Casado (a) () Divorciado / Separado (a) () Viúvo (a)
4. Possui dependentes: () Não () Sim, quantos? _____
5. Escolaridade:
() Ensino Fundamental () Ensino Médio () Graduação () Pós- Graduação

6. Cargo: _____
7. Tempo na Polícia Militar: _____
8. Qual é o tipo de ocorrência que você mais atende? _____

9. Qual é a frequência de ocorrências? _____

10. Já obteve Licença para Tratamento de Saúde Física? () Não () Sim, qual foi o transtorno? _____

11. Já obteve Licença para Tratamento de Saúde Mental? () Não () Sim, qual foi o tipo de transtorno?

12. Quanto tempo precisou ficar em tratamento? _____
13. Gostaria de mudar de profissão: () Não () Sim
14. Usa ou já usou álcool? () Não () Sim, qual a frequência? _____

15. Usa ou já usou cigarro? () Não () Sim, qual a frequência? _____

16. Você apresenta algum desses sintomas? (Pode assinalar mais de um.)
() Irritabilidade () Insônia () Tristeza () Esquecimento () Problemas de concentração ()
Outros (especificar):

17. Tem alguma atividade de lazer? Qual? _____

18. Quantas horas dorme por noite? _____

19. Como é o seu sono (qualidade do sono)? _____

20. Já feriu ou matou alguém enquanto estava trabalhando? () Não () Sim, como e qual a frequência? _____

21. Se sente ameaçado no ambiente de trabalho? () Não () Sim, qual a frequência?

22. Algum colega já foi ferido ou morto durante o trabalho? () Não () Sim, quantos?

23. Qual é a atividade que você menos gosta de realizar no trabalho? Por quê? _____

24. Qual é a atividade que você mais gosta de realizar no trabalho? Por quê?

ANEXO 4 - QUESTIONÁRIO APLICADO NO DOCUMENTÁRIO – PRODUTO TÉCNICO**PERGUNTAS PARA DOCUMENTÁRIO**

1. Qual seu tempo de serviço na Brigada Militar?
2. Que tipo de ocorrência você mais atende?
3. De uma maneira geral você se sente satisfeito em relação à sua vida? (profissão, vida pessoal)
4. Você tem conseguido conquistar coisas importantes em sua vida? (a nível pessoal, profissional)
5. Você considera que vivencia mais emoções positivas (ex. ânimo, determinação, alegria, entusiasmo,...) ou negativas (ex. aflição, medo, inquietação, irritação, nervosismo, raiva,...)
6. Você se considera capaz de enfrentar as dificuldades da vida que surgem?
7. Como administra as situações de estresse?

ANEXO 5- ESCALA DE AFETOS POSITIVOS E AFETOS NEGATIVOS (PANAS)

Esta escala consiste em um número de palavras que descrevem diferentes sentimentos e emoções. Leia cada item e depois marque a resposta adequada no espaço ao lado da palavra. Indique até que ponto você tem se sentido desta forma ultimamente.

1 2 3 4 5
 Nem um pouco Um pouco moderadamente bastante extremamente

1. Aflito _____
2. Amável _____
3. Amedrontado _____
4. Angustiado _____
5. Animado _____
6. Apaixonado _____
7. Determinado _____
8. Dinâmico _____
9. Entusiasmado _____
10. Forte _____
11. Humilhado _____
12. Incomodado _____
13. Inquieto _____
14. Inspirado _____
15. Irritado _____
16. Nervoso _____
17. Orgulhoso _____
18. Perturbado _____
19. Rancoroso _____
20. Vigoroso _____

ANEXO 6- ESCALA DE SATISFAÇÃO DE VIDA**Instruções**

Abaixo você encontrará cinco afirmativas. Assinale na escala abaixo de cada afirmativa o quanto ela descreve a sua situação pessoal. Não há respostas certas ou erradas, mas é importante você marcar com sinceridade como você se sente com relação a cada uma dessas afirmativas.

1) A minha vida está próxima do meu ideal.

Discordo plenamente _ 1 _ 2 _ 3 _ 4 _ 5 _ 6 _ 7 _ Concordo plenamente

2) Minhas condições de vida são excelentes.

Discordo plenamente _ 1 _ 2 _ 3 _ 4 _ 5 _ 6 _ 7 _ Concordo plenamente

3) Eu estou satisfeito com a minha vida.

Discordo plenamente _ 1 _ 2 _ 3 _ 4 _ 5 _ 6 _ 7 _ Concordo plenamente

4) Até agora eu tenho conseguido as coisas importantes que eu quero na vida.

Discordo plenamente _ 1 _ 2 _ 3 _ 4 _ 5 _ 6 _ 7 _ Concordo plenamente

5) Se eu pudesse viver a minha vida de novo eu não mudaria quase nada.

Discordo plenamente _ 1 _ 2 _ 3 _ 4 _ 5 _ 6 _ 7 _ Concordo plenamente

ANEXO 7 - ESCALA DE RESILIÊNCIA**Instruções:**

Leia atentamente cada item e marque a opção que você considera ser a mais adequada.

1. Quando eu faço planos, eu levo eles até o fim.

Discordo totalmente _ 1 _ 2 _ 3 _ 4 _ 5 _ 6 _ 7 _ Concordo totalmente

2. Eu costumo lidar com os problemas de uma forma ou de outra.

Discordo totalmente _ 1 _ 2 _ 3 _ 4 _ 5 _ 6 _ 7 _ Concordo totalmente

3. Eu sou capaz de depender de mim mais do que qualquer outra pessoa.

Discordo totalmente _ 1 _ 2 _ 3 _ 4 _ 5 _ 6 _ 7 _ Concordo totalmente

4. Manter interesse nas coisas é importante para mim.

Discordo totalmente _ 1 _ 2 _ 3 _ 4 _ 5 _ 6 _ 7 _ Concordo totalmente

5. Eu posso estar por minha conta se eu precisar.

Discordo totalmente _ 1 _ 2 _ 3 _ 4 _ 5 _ 6 _ 7 _ Concordo totalmente

6. Eu sinto orgulho de ter realizado coisas em minha vida.

Discordo totalmente _ 1 _ 2 _ 3 _ 4 _ 5 _ 6 _ 7 _ Concordo totalmente

7. Eu costumo aceitar as coisas sem muita preocupação.

Discordo totalmente _ 1 _ 2 _ 3 _ 4 _ 5 _ 6 _ 7 _ Concordo totalmente

8. Eu sou amigo de mim mesmo.

Discordo totalmente _ 1 _ 2 _ 3 _ 4 _ 5 _ 6 _ 7 _ Concordo totalmente

9. Eu sinto que posso lidar com várias coisas ao mesmo tempo.

Discordo totalmente _ 1 _ 2 _ 3 _ 4 _ 5 _ 6 _ 7 _ Concordo totalmente

10. Eu sou determinado.

Discordo totalmente _ 1 _ 2 _ 3 _ 4 _ 5 _ 6 _ 7 _ Concordo totalmente

11. Eu raramente penso sobre o objetivo das coisas.

Discordo totalmente _ 1 _ 2 _ 3 _ 4 _ 5 _ 6 _ 7 _ Concordo totalmente

12. Eu faço as coisas um dia de cada vez.

Discordo totalmente _ 1 _ 2 _ 3 _ 4 _ 5 _ 6 _ 7 _ Concordo totalmente

13. Eu posso enfrentar tempos difíceis porque já enfrentei dificuldades antes.

Discordo totalmente _ 1 _ 2 _ 3 _ 4 _ 5 _ 6 _ 7 _ Concordo totalmente

14. Eu sou disciplinado.

Discordo totalmente _ 1 _ 2 _ 3 _ 4 _ 5 _ 6 _ 7 _ Concordo totalmente

15. Eu mantenho interesse nas coisas.

Discordo totalmente _ 1 _ 2 _ 3 _ 4 _ 5 _ 6 _ 7 _ Concordo totalmente

16. Eu normalmente posso achar motivo para rir.

Discordo totalmente _ 1 _ 2 _ 3 _ 4 _ 5 _ 6 _ 7 _ Concordo totalmente

17. Em uma emergência, eu sou uma pessoa em que as pessoas podem contar.

Discordo totalmente _ 1 _ 2 _ 3 _ 4 _ 5 _ 6 _ 7 _ Concordo totalmente

18. Minha crença em mim mesmo me leva a travessar tempos difíceis.

Discordo totalmente _ 1 _ 2 _ 3 _ 4 _ 5 _ 6 _ 7 _ Concordo totalmente

19. Eu posso geralmente olhar uma situação em diversas maneiras.

Discordo totalmente _ 1 _ 2 _ 3 _ 4 _ 5 _ 6 _ 7 _ Concordo totalmente

20. As vezes eu me obrigo a fazer coisas, querendo ou não.

Discordo totalmente _ 1 _ 2 _ 3 _ 4 _ 5 _ 6 _ 7 _ Concordo totalmente

21. Minha vida tem sentido.

Discordo totalmente _ | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | Concordo totalmente

22. Eu não insisto em coisas as quais eu não posso fazer nada sobre elas.

Discordo totalmente _ | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | Concordo totalmente

23. Quando eu estou em uma situação difícil, eu normalmente acho uma saída.

Discordo totalmente _ | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | Concordo totalmente

24. Eu tenho energia suficiente pra fazer o que eu tenho que fazer.

Discordo totalmente _ | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | Concordo totalmente

25. Tudo bem se há pessoas que não gostam de mim.

Discordo totalmente _ | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | Concordo totalmente

ANEXO 8- ESCALA DE ESTRESSE PERCEBIDO

Itens e instruções para aplicação

As questões nesta escala perguntam sobre seus sentimentos e pensamentos durante o último mês. Em cada caso, será pedido para você indicar o quão frequentemente você tem se sentido de uma determinada maneira. Embora algumas das perguntas sejam similares, há diferenças entre elas e você deve analisar cada uma como uma pergunta separada. A melhor abordagem é responder a cada pergunta razoavelmente rápido. Isto é, não tente contar o número de vezes que você se sentiu de uma maneira particular, mas indique a alternativa que lhe pareça como uma estimativa razoável. Para cada pergunta, escolha as seguintes alternativas:

0= nunca 1= quase nunca 2= às vezes 3= quase sempre 4= sempre

Neste último mês, com que frequência...

1. Você tem ficado triste por causa de algo que aconteceu inesperadamente?

0= nunca	1=quase nunca	2= às vezes	3= quase sempre	4= sempre
----------	---------------	-------------	-----------------	-----------

2. Você tem se sentido incapaz de controlar as coisas importantes em sua vida?

0= nunca	1= quase nunca	2= às vezes	3= quase sempre	4= sempre
----------	----------------	-------------	-----------------	-----------

3. Você tem se sentido nervoso e “estressado”?

0= nunca	1= quase nunca	2= às vezes	3= quase sempre	4= sempre
----------	----------------	-------------	-----------------	-----------

4. Você tem tratado com sucesso dos problemas difíceis da vida?

0= nunca	1= quase nunca	2= às vezes	3= quase sempre	4= sempre
----------	----------------	-------------	-----------------	-----------

5. Você tem sentido que está lidando bem as mudanças importantes que estão ocorrendo em sua vida?

0= nunca	1= quase nunca	2= às vezes	3= quase sempre	4= sempre
----------	----------------	-------------	-----------------	-----------

6. Você tem se sentido confiante na sua habilidade de resolver problemas pessoais?

0= nunca	1= quase nunca	2= às vezes	3= quase sempre	4= sempre
----------	----------------	-------------	-----------------	-----------

7. Você tem sentido que as coisas estão acontecendo de acordo com a sua vontade?

0= nunca	1= quase nunca	2= às vezes	3= quase sempre	4= sempre
----------	----------------	-------------	-----------------	-----------

8. Você tem achado que não conseguiria lidar com todas as coisas que você tem que fazer?

0= nunca	1= quase nunca	2= às vezes	3= quase sempre	4= sempre
----------	----------------	-------------	-----------------	-----------

9 Você tem conseguido controlar as irritações em sua vida?

0= nunca	1= quase nunca	2= às vezes	3= quase sempre	4= sempre
----------	----------------	-------------	-----------------	-----------

10 Você tem sentido que as coisas estão sob o seu controle?

0= nunca	1= quase nunca	2= às vezes	3= quase sempre	4= sempre
----------	----------------	-------------	-----------------	-----------

11 Você tem ficado irritado porque as coisas que acontecem estão fora do seu controle?

0= nunca	1= quase nunca	2= às vezes	3= quase sempre	4= sempre
----------	----------------	-------------	-----------------	-----------

12 Você tem se encontrado pensando sobre as coisas que deve fazer?

0= nunca	1= quase nunca	2= às vezes	3= quase sempre	4= sempre
----------	----------------	-------------	-----------------	-----------

13 Você tem conseguido controlar a maneira como gasta seu tempo?

0= nunca	1= quase nunca	2= às vezes	3= quase sempre	4= sempre
----------	----------------	-------------	-----------------	-----------

14 Você tem sentido que as dificuldades se acumulam a ponto de você acreditar que não pode superá-las?

0= nunca	1= quase nunca	2= às vezes	3= quase sempre	4= sempre
----------	----------------	-------------	-----------------	-----------