

Relações entre pensamento ruminativo e facetas do neuroticismo¹

The relationship between ruminative thought and facets of neuroticism

Cristian ZANON²
Juliane Callegaro BORSA²
Denise Ruschel BANDEIRA²
Claudio Simon HUTZ²

Resumo

O objetivo deste estudo foi avaliar as relações de ruminação com neuroticismo e suas facetas (vulnerabilidade, desajustamento psicossocial, ansiedade e depressão), no tocante à variável sexo. Compuseram a amostra 361 estudantes universitários (48,5% do sexo feminino), com média de idade de 19,9 anos (DP=3,6). Os estudantes foram testados coletivamente em sala de aula. Os resultados evidenciaram correlações positivas de ruminação com neuroticismo e suas facetas, tanto em homens quanto em mulheres. Não foram verificadas diferenças significativas entre os sexos em relação a essas correlações. Ademais, homens apresentaram médias superiores de desajustamento psicossocial e depressão em relação a mulheres. Estas, por sua vez, apresentaram médias superiores de ansiedade. Os achados desse estudo são discutidos à luz da literatura da área e sugerem novas investigações.

Unitermos: Avaliação psicológica. Modelos dos cinco grandes fatores. Neuroticismo. Personalidade. Ruminação. Sexo.

Abstract

The present study was developed to assess the relationship between rumination, neuroticism and its facets (vulnerability, psychosocial maladjustment, anxiety and depression) and gender. Three hundred sixty-one undergraduate students (48.5% females) participated in the study and the mean age was 19.9 (SD=3.6). The students were tested collectively in their classrooms. The results showed positive correlations between rumination and neuroticism and its facets, and these correlations did not differ statistically between male and female students. Male students presented higher levels of psychosocial maladjustment and depression than female students. Anxiety levels were however higher in female students. These findings are subsequently discussed according to literature and further lines of research are suggested.

Uniterms: Psychological assessment. Five factor personality model. Neuroticism. Personality. Rumination. Sex.

A ruminação, ou pensamento ruminativo, tem sido caracterizada como uma cadeia de pensamentos repetitivos, de caráter negativo, que se perpetua por

longo tempo (Nolen-Hoeksema, 1991; 2004). Apesar da ruminação estar presente em todas as pessoas em algum grau, nem toda ruminação é igualmente disfuncional.

▼▼▼▼

¹ Artigo elaborado a partir da dissertação de C. ZANON, intitulada "Relações da ruminação e reflexão com o bem-estar subjetivo, facetas do neuroticismo e sexo". Universidade Federal do Rio Grande do Sul, 2009. Apoio: Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico.

² Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Instituto de Psicologia, Programa de Pós-Graduação em Psicologia. R. Ramiro Barcelos, 2600, Sala 101, Santa Cecília, 90035-003, Porto Alegre, RS, Brasil. Correspondência para/Correspondence to: C. ZANON. E-mail: <cristianzanon@yahoo.com.br>.

A literatura aponta evidências de que a ruminação é prejudicial quando associada a tendências disfóricas (mau-humor, tristeza e desmotivação) e/ou associada a traços de personalidade presentes no fator Neuroticismo (Lyubomirsky & Tkach, 2004). O neuroticismo caracteriza o nível de desajustamento emocional e a vulnerabilidade para desenvolver *stress* e ansiedade, depressão, sentimentos de culpa, baixa autoestima, tensão, irracionalidade, timidez, tristeza e emotividade (Costa & McCrae, 2007; Hutz & Nunes, 2001; McCrae & John, 1992).

No presente artigo, será discutido o conceito de ruminação ou pensamento ruminativo enquanto comportamento disfórico. Do mesmo modo será discutida a associação entre ruminação com as facetas do fator Neuroticismo (vulnerabilidade, desajustamento psicossocial, ansiedade e depressão) e como se dá os padrões dessa associação entre homens e mulheres.

Segundo Nolen-Hoeksema, Parker e Larson (1994), a ruminação é uma forma desadaptada e mal-sucedida de pensar sobre si mesmo. Um aspecto fundamental da ruminação é o direcionamento da atenção sobre as causas e consequências dos sintomas depressivos, conforme percebidos pelo próprio indivíduo. Duas diferentes teorias, que têm por objetivo explicar o fenômeno da ruminação, embasam os estudos sobre o tema. A primeira é a Teoria do Estilo de Resposta (TER) (Nolen-Hoeksema, 1991; 2004) e a segunda é o Modelo do Funcionamento Executivo Auto-Regulatório (MFEAR) (Wells & Mathews, 1996; Matthews & Wells, 2004).

A TER compreende a ruminação como uma das diversas formas de reagir a eventos estressores. Enquanto alguns evitam pensar no assunto, buscam distrações em outras atividades ou agem efetivamente para resolver seus problemas, outros direcionam sua atenção de forma passiva sobre seu estado de humor negativo, ou seja, ruminam. De acordo com a TER, pessoas que ruminam muito (indivíduos ruminadores) prolongam seus episódios depressivos (Nolen-Hoeksema, 1991, 2004; Nolen-Hoeksema, Morrow & Fredrickson, 1993) e apresentam baixa capacidade para resolver problemas (Donaldson & Lam, 2004; Lyubomirsky, Karsi & Zhem, 2003).

Segundo o MFEAR, por sua vez, a ruminação consiste de pensamentos repetitivos que visam amenizar autodiscrepâncias percebidas em diversos contextos

(Matthews & Wells, 2004). Diante de episódios em que a condição almejada afasta-se significativamente da condição vivida, sujeitos não ruminativos, ainda que reclamem e se lamuriem sobre a situação, buscam a redução da discrepância através de comportamentos efetivos. De outro lado, indivíduos ruminadores tendem a focar a atenção em estratégias que não estão diretamente ligadas à diminuição das discrepâncias. Um exemplo disso é lembrar e remontar continuamente os eventos ansiogênicos relacionados à percepção da discrepância. Ou seja, os ruminadores parecem utilizar estratégias ineficazes para reduzir suas discrepâncias, ao invés de tentar eliminá-las através de ações efetivas e planejadas (Matthews & Wells, 2004).

Roberts, Gilboa e Gotlib (1998) propuseram que a ruminação é uma manifestação cognitiva do traço de personalidade neuroticismo. De acordo com os autores, sujeitos com altos escores de neuroticismo tendem a focar sua atenção sobre sentimentos e experiências que intensificam a vivência de episódios de disforia (tristeza, desesperança e inferioridade). Evidências da associação entre ruminação e o fator neuroticismo também são referidas por outros trabalhos importantes da literatura internacional (Roberts et al., 1998; Teasdale & Green, 2004; Trapnell & Campbell, 1999). Além disso, no estudo realizado por Zanon e Teixeira (2006), com uma amostra brasileira, tais achados também foram encontrados.

Neste contexto, a ruminação pode ser pensada como um tipo de pensamento estável ao longo da vida, assim como os traços de personalidade. Estes, por sua vez, podem ser entendidos como um conjunto de padrões de dimensões afetivas, cognitivas e comportamentais (Silva, Schlottfeldt, Rozenberg, Santos & Lelé, 2007).

As teorias fatoriais de personalidade são amplamente citadas na literatura e referem-se ao conjunto de características básicas da personalidade, considerando-se suas principais propriedades e as relações entre elas (Pervin & John, 2004). Das teorias fatoriais mais conhecidas, está o *Big Five* ou Modelo dos Cinco Grandes Fatores (CGF), versão moderna da teoria do traço e que representa um avanço conceitual e empírico no campo da personalidade, descrevendo cinco dimensões humanas básicas de forma consistente e replicável (Hutz, Silveira, Serra, Anton & Wiczorek, 1998).

O *Big Five* propõe que a personalidade é constituída por estruturas unitárias naturais denominadas traços, agrupadas em cinco grandes dimensões ou fatores: extroversão, neuroticismo, abertura, realização e socialização. Tais fatores foram descobertos a partir da análise de descritores da personalidade, encontrados na linguagem natural. Partiu-se da hipótese léxica de que as características mais importantes dos indivíduos são nomeadas como termos únicos e específicos em algumas ou em todas as línguas do mundo (Costa & McCrae, 2007; Hutz et al., 1998).

O fator neuroticismo também é conhecido como desajustamento emocional, fator N ou simplesmente 'N'. Esse fator corresponde a um conjunto de características individuais que predis põem os indivíduos a vivenciar de forma mais intensa os sentimentos de aflição, angústia, sofrimento, inadaptação, depressão, ansiedade, baixa tolerância à frustração, impulsividade, autocrítica e outros (Costa & McCrae, 2007; DeNeve & Cooper, 1998; Hutz & Nunes, 2001; McCrae & John, 1992; Trapnell & Campbell, 1999; Watson & Hubbard, 1996).

Indivíduos com altos escores no fator N geralmente são ansiosos e apresentam mudanças frequentes de humor. Ademais, tendem a sofrer de transtornos psicossomáticos e apresentam reações muito intensas frente aos estímulos. Ao contrário, sujeitos com baixos escores neste fator tendem a responder a estímulos emocionais de maneira controlada, retornando rapidamente a seu estado normal após uma elevação emocional (Hutz & Nunes, 2001; McCrae & John, 1992; Silva et al., 2007).

O fator N, avaliado pela Escala Fatorial de Neuroticismo (EFN) (Hutz & Nunes, 2001), é subdividido em quatro facetas - subcategorias que melhor representam sua amplitude e seu alcance explicativo. A primeira faceta chama-se vulnerabilidade e é caracterizada por traços como insegurança, baixa autoestima, dificuldade em tomar decisões e medo de abandono. A segunda faceta é conhecida como desajustamento psicossocial e representa traços que envolvem comportamentos sexuais de risco, consumo exagerado de álcool, necessidade recorrente em chamar atenção. Ansiedade é a terceira faceta e é composta por traços como irritabilidade, transtornos de sono, comportamento impulsivo, sintomas de pânico e alterações de humor. Por fim, depressão é a quarta faceta e caracteriza-se por traços de humor deprimido, ideação suicida, sentimentos de desesperança, entre outros (Hutz & Nunes, 2001).

O fator neuroticismo tende a apresentar-se de diferentes formas em homens e mulheres. Segundo o estudo realizado por Nunes (2000), observaram-se diferenças significativas entre homens e mulheres, sobretudo no que diz respeito às facetas ansiedade e desajustamento psicossocial. Indivíduos do sexo masculino apresentaram maior índice de desajuste psicossocial enquanto as mulheres apresentaram maior índice de ansiedade. Esses achados foram parcialmente corroborados por outros estudos recentes (Serafini, 2008; Trentini et al., 2009).

Estudos apontam, também, que mulheres tendem a apresentar maior incidência de neuroticismo, enquanto fator geral, quando comparadas aos homens (Costa & McCrae, 1992, 2007; Ebert, Loosen & Nurcombe, 2002; Hutz & Nunes, 2001). Em uma análise teórica realizada por Oliveira (2002), constatou-se que os estudos que investigam o fator neuroticismo e sua relação com o sexo apontam as mulheres como aquelas que possuem maior tendência a expressarem traços que caracterizam o fator N. Tal informação é amplamente defendida pela literatura especializada, a qual indica, ainda, que as diferenças são significativas e recorrentes em diferentes culturas (Ebert et al., 2002; Hutz & Nunes, 2001). Contudo, alguns estudos brasileiros apontam dados contraditórios aos da literatura majoritária sobre o tema (Hutz & Nunes, 2001; Serafini, 2008).

Conforme a pesquisa realizada por Serafini (2008), os jovens do sexo masculino apresentaram médias mais altas nos fatores desajustamento psicossocial e depressão. No estudo de validade da EFN (Hutz & Nunes, 2001), os homens apresentaram maiores médias em desajustamento psicossocial e depressão enquanto as mulheres apresentaram médias superiores na faceta ansiedade. Assim, observa-se que a literatura apresenta diferentes resultados quanto à associação entre o fator neuroticismo e suas facetas e sexo.

O pensamento ruminativo pode ser determinado por diferentes características de personalidade. Pessoas com altos escores de N tendem a perceber de forma mais negativa os acontecimentos de sua vida (Magnus, Diener, Fujita & Pavot, 1993). Devido a isso, possivelmente, essas pessoas experienciem mais situações angustiantes, ansiogênicas e discrepantes que pessoas emocionalmente estáveis (Trapnell & Campbell, 1999).

Essa tendência a interpretar os eventos de vida de forma mais obscura pode gerar mais preocupação, ansiedade e *stress* (Roelofs, Huibers, Peeters & Arntz, 2008). Dessa perspectiva, homens e mulheres com altos escores no fator N - especificamente, na faceta desajustamento emocional - podem apresentar uma predisposição à ruminação (Roberts et al., 1998). Em outras palavras, ao invés de utilizarem estratégias eficazes para solucionar seus impasses, estes sujeitos provavelmente identificam novos problemas constantemente nas suas rotinas e ruminam sobre eles (Watson & Hubbard, 1996).

Os efeitos da ruminação podem ser igualmente prejudiciais para ambos os sexos. Contudo, segundo Nolen-Hoeksema (2004), mulheres tendem a fazer maior uso dessa estratégia mal-adaptada quando comparadas aos homens. Alguns estudos foram realizados para compreender essa disparidade. Como resultado, verificou-se que mulheres ruminam mais que homens e que os níveis de ruminação são preditores de sintomas depressivos futuros (Broderick & Korterland, 2002; Jose & Bronw, 2008; Nolen-Hoeksema & Jackson, 2001; Thayer, Rossy, Ruiz-Padial & Jonhsen, 2003).

Ainda no que se refere à relação entre ruminação e a variável sexo, a literatura aponta evidências de que já aos 12 anos de idade, meninas apresentam níveis superiores de ruminação quando comparadas aos meninos (Jose & Bronw, 2008). Essa diferença precoce pode ser resultado de maiores preocupações, por parte das mulheres, com questões sobre as quais não se pode exercer muito controle, como aparência física, segurança pessoal e relações interpessoais. Broderick e Korteland (2003) sugeriram que mulheres atentam mais para suas emoções e sentimentos. Os autores também constataram que a ruminação é um modelo de comportamento aprendido precocemente, já no meio familiar, como uma forma de reagir a situações emocionalmente impactantes. Segundo esses autores, uma hipótese é de que as meninas tendem a ruminar sobre questões específicas, enquanto os meninos tendem a adotar outras estratégias como distração ou enfrentamento direto.

O impacto de eventos estressores (preconceitos, abusos físicos e emocionais, por exemplo), poderiam ser responsável por maiores níveis de angústia, ansiedade e *stress* na vida de mulheres, uma vez que estas são mais expostas a tais eventos do que homens (Nolen-Hoeksema & Jackson, 2001). Neste caso, o mecanismo

ruminativo poderia ser desenvolvido precocemente e permaneceria ao longo da adolescência e idade adulta, servindo como estratégia predominante para lidar com situações estressoras ao longo da vida. Com base nos estudos acima citados, é plausível supor que a ruminação pode tornar-se crônica pela falta de maneiras mais adequadas para lidar com as frustrações cotidianas.

A importância desta pesquisa justifica-se pela escassez de investigações sobre ruminação no Brasil e, por isso, optou-se por um estudo de caráter exploratório e correlacional. Considera-se o pensamento ruminativo como um indicador de comportamento disfórico relacionado a características de personalidade. Assim, conforme o exposto, torna-se relevante verificar se a relação entre pensamento ruminativo e neuroticismo também é encontrada no contexto brasileiro.

O presente estudo teve os seguintes objetivos: a) avaliar as propriedades psicométricas dos instrumentos utilizados; b) avaliar as relações de cada faceta do neuroticismo na variância do pensamento ruminativo em homens e mulheres e; c) avaliar as diferenças entre sexo masculino e feminino em relação ao comportamento ruminativo, fator neuroticismo e suas facetas (vulnerabilidade, desajustamento psicossocial, ansiedade e depressão).

Método

Participantes

Compuseram a amostra deste estudo 361 estudantes universitários (48,5% mulheres e 51,5% homens), com idades entre 16 e 55 anos ($M=19,9$ anos; $DP=3,6$), dos cursos de Física, Engenharia Elétrica, Engenharia Florestal, Enfermagem, Farmácia e Odontologia, oferecidos por uma instituição de ensino da cidade de Porto Alegre, Rio Grande do Sul. Todos os participantes foram escolhidos por conveniência e a participação dos alunos foi voluntária. Os dados dos participantes foram obtidos de um banco de dados oriundo do estudo de dissertação de mestrado do primeiro autor, publicado em 2009 (Zanon, 2009).

Instrumentos

Para o presente estudo, foram utilizados os seguintes instrumentos:

Questionário de Ruminação e Reflexão (QRR) (Trapnell & Campbell, 1999; adaptado para o português por Zanon & Teixeira, 2006): Composto por duas escalas de 12 itens cada uma, foi criado para avaliar o quanto indivíduos engajam em pensamentos ruminativos e reflexivos. Alguns exemplos de itens de ruminação são: “*Eu passo um bom tempo lembrando momentos constrangedores ou frustrantes pelos quais passei*”; “*Muito depois de uma discordância ou discussão ter acabado, meus pensamentos continuam voltados para o que aconteceu*.” e “*Eu sempre pareço estar remoendo, em minha mente, coisas recentes que disse ou fiz*”. Evidências (Zanon & Teixeira, 2006; Zanon & Hutz, 2009) apontam que o QRR apresenta validade de construto e índices de consistência interna satisfatórios para o uso do instrumento em universitários brasileiros ($\alpha=0,87$ para ambas as escalas).

Escala Fatorial de Neuroticismo (EFN) (Hutz & Nunes, 2001): Instrumento autoadministrável, baseado no modelo dos Cinco Grandes Fatores, que permite uma avaliação rápida e objetiva de uma dimensão da personalidade humana denominada neuroticismo. A escala é composta por 82 itens divididos em quatro subescalas: vulnerabilidade, desajustamento psicossocial, ansiedade e depressão. Além disso, o instrumento fornece um escore total para o fator neuroticismo, o qual é obtido a partir da soma dos escores padronizados das referidas facetas. Os itens da EFN foram construídos na forma de frases que descrevem atitudes, crenças e sentimentos dos participantes. Exemplos de itens: “*Gosto de envolvimento sexuais incomuns*” e “*Não tenho nenhum objetivo a buscar na vida*”. A EFN apresentou índices de consistência interna adequados - alfa de Cronbach - em relação a todas as facetas (Tabela 1).

Procedimentos

Os participantes responderam, coletivamente, aos questionários em suas salas de aula. No primeiro

momento, foi realizado um *rapport* de apresentação da pesquisa e dos procedimentos éticos, explicitando o caráter voluntário e não obrigatório bem como a garantia de anonimato das informações. Os estudantes que concordaram em fazer parte do estudo assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

Logo após, foi solicitado aos participantes que lessem atentamente os instrumentos e respondessem aos itens de acordo com suas opiniões. A coleta de dados foi realizada em uma única sessão para cada turma de estudantes, com duração de aproximadamente 45 minutos.

As questões éticas foram asseguradas, de acordo com a Resolução nº 196/96 do Brasil (1996), tendo todos os procedimentos atendido às recomendações do Comitê de Ética e Pesquisa da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS). O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Instituto de Psicologia da UFRGS, protocolo nº 2007/055 em 11 de fevereiro de 2008.

Resultados

Inicialmente, foram analisadas as características psicométricas dos instrumentos aplicados. Como pode ser verificado na Tabela 1, o QRR e a EFN apresentaram índices de consistência interna satisfatórios (alfas de Cronbach $>0,81$) e semelhantes aos estudos originais. Esses dados apontam que os instrumentos mantiveram seus níveis de fidedignidade e podem ser utilizados adequadamente neste estudo.

Posteriormente, foram analisadas diferenças de sexo em relação às variáveis estudadas (Testes *t* de Student) e grau de relação entre elas através de correlações de *Pearson*. Na Tabela 2, as variáveis ruminação, neuroticismo e vulnerabilidade não diferiram significa-

Tabela 1. Consistência interna das escalas. Porto Alegre (RS).

Variáveis	Média	Desvio-Padrão	α de Cronbach deste estudo	α de Cronbach original
1. Ruminação	39,40	9,70	0,87	0,87
2. Vulnerabilidade	68,70	22,70	0,90	0,89
3. Desajustamento psicológico	28,90	17,70	0,92	0,82
4. Ansiedade	77,00	25,60	0,88	0,87
5. Depressão	46,60	23,32	0,93	0,87
6. Escore global de neuroticismo	249,68	82,72	0,96	0,94

tivamente entre os sexos. Homens apresentaram médias mais elevadas de desajustamento psicossocial e depressão que mulheres. Estas por sua vez apresentaram média mais alta em ansiedade.

As correlações entre as variáveis são apresentadas nas Tabelas 3 e 4. Foram verificadas correlações positivas e significativas de ruminação com neuroticismo e todas as suas facetas em homens. Em relação a mulheres, esse padrão se manteve. Contudo, não houve correlação significativa de ruminação e desajustamento psicossocial.

Com o intuito de verificar se os coeficientes das correlações de ruminação com neuroticismo e suas facetas diferiam entre homens e mulheres, foram realizados os Testes z de Fisher. Os resultados obtidos não

apontaram diferenças significativas entre as correlações dos dois grupos: ruminação e vulnerabilidade ($z=1,92$; $p>0,05$); ruminação e desajustamento psicossocial ($z=0,35$; $p>0,05$); ruminação e ansiedade ($z=1,92$; $p>0,05$); ruminação e depressão ($z=1,22$; $p>0,05$) e ruminação e neuroticismo ($z=1,47$; $p>0,05$).

Discussão

Este estudo corroborou, em uma amostra brasileira, evidências de que a manifestação do fator N está associada ao comportamento ruminativo. Tais achados estão de acordo com os achados da literatura internacional (Robert et al., 1998; Teasdale & Green, 2004; Trapnell & Campbell, 1999) e nacional (Zanon & Teixeira, 2006).

Tabela 2. Diferenças de sexo entre ruminação, neuroticismo e suas facetas. Porto Alegre (RS).

Variáveis	Homem		Mulher		t	gl	p<	d
	Média	Desvio-Padrão	Média	Desvio-Padrão				
1. Ruminação	39,1	9,6	39,7	9,8	0,60	350	0,55	0,1
2. Vulnerabilidade	68,6	22,6	68,8	22,9	0,05	347	0,96	0,01
3. Desajustamento psicológico	31,8	18,6	25,8	16,3	2,21	341	0,01	0,3
4. Ansiedade	73,9	25,6	80,2	25,4	2,30	348	0,02	0,2
5. Depressão	49,7	24,3	43,5	21,9	-2,53	351	0,01	0,3
6. Neuroticismo	253,1	87,3	246,2	77,8	-0,75	326	0,45	0,1

Tabela 3. Correlação entre ruminação com neuroticismo e suas facetas em mulheres. Porto Alegre (RS).

Variáveis	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
1. Ruminação	-				
2. Vulnerabilidade	0,57**	-			
3. Desajustamento psicológico	0,14	0,28**	-		
4. Ansiedade	0,47**	0,60**	0,42**	-	
5. Depressão	0,36**	0,58**	0,67**	0,58**	-
6. Neuroticismo	0,48**	0,77**	0,73**	0,82**	0,88**

** $p<0,01$.

Tabela 4. Correlação entre ruminação com neuroticismo e suas facetas em homens. Porto Alegre (RS).

Variáveis	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
1. Ruminação	-				
2. Vulnerabilidade	0,41**	-			
3. Desajustamento psicológico	0,18*	0,47**	-		
4. Ansiedade	0,29**	0,72**	0,67**	-	
5. Depressão	0,24**	0,64**	0,69**	0,73**	-
6. Neuroticismo	0,33**	0,83**	0,82**	0,91**	0,89**

* $p<0,05$; ** $p<0,01$.

De acordo com o MFEAR, a ruminação surge de uma discrepância entre a situação almejada e a situação real (Matthew & Wells, 2006). Uma vez que o fator N está associado ao uso de estratégias de enfrentamento ineficientes (Watson & Hubbard, 1996), a afetos negativos (DeNeve & Cooper, 1998) e a uma tendência a interpretar eventos de forma mais negativa (Magnus et al., 1993), é possível que pessoas com essas características percebam-se como menos capazes, como infelizes ou distantes das condições consideradas por elas como ideais. Por essa razão elas ruminam, ou seja, elas pensam de maneira recorrente e disfórica sobre as razões e justificativas de estarem vivenciando situações desagradáveis frequentemente. Assim, as relações encontradas entre as facetas do neuroticismo (exceto para desajustamento psicossocial) e ruminação são também justificáveis.

Em relação à vulnerabilidade, pode-se perceber que os itens da EFN que compõem essa faceta tratam de questões relacionadas à dificuldade em tomar decisões, insegurança, medos de críticas e outros (Hutz & Nunes, 2001). Logo, é plausível que pessoas com essas características pensem muito (de forma ruminativa) sobre seus temores, indecisões e dificuldades. As correlações positivas e moderadas encontradas entre essas variáveis corroboram esta suposição.

As associações verificadas entre ruminação e as facetas ansiedade e depressão estão de acordo com a literatura (Trapnell & Campbell, 1999). Alguns traços que compõem a faceta depressão são sentimentos de desesperança e pessimismo frente ao futuro. Já a faceta ansiedade é constituída por características como irritabilidade e alterações de humor (Hutz & Nunes, 2001). Possivelmente, sujeitos com altos escores em ansiedade e depressão percebem frequentemente a realidade de maneira discrepante e ruminam sobre a percepção de inadequação às condições almejadas. A provável falta de estratégias eficazes para lidar com as discrepâncias pode estar associada ao uso da ruminação como um recurso para pensar sobre a situação. Neste sentido, o pensamento ruminativo pode ser um fator que intensifica os sintomas da ansiedade e depressão (Roelofs et al., 2008), pois a lembrança recorrente de eventos desagradáveis pode eliciar mais sentimentos e emoções negativas.

No entanto, a ruminação parece estar pouco associada à faceta desajustamento psicossocial. As

pequenas correlações encontradas entre essas variáveis apontam que pessoas que consomem álcool exageradamente, realizam práticas sexuais de risco e que têm pouca consideração por regras sociais apresentam escores de ruminação que variam de “baixo” a “alto”. Tal achado, contudo, merece ser melhor elucidado, à luz de outras possíveis variáveis envolvidas (aspectos socioeconômicos e culturais), mas não avaliadas nesse estudo.

Ainda, pode-se verificar no presente estudo que as correlações entre ruminação e neuroticismo e suas facetas não diferem entre homens e mulheres. Ou seja, os dados apontam que os padrões de relações do pensamento ruminativo com o fator N e suas facetas não diferem entre os sexos. Homens apresentaram maiores índices de depressão quando comparados às mulheres no que se refere à amostra deste estudo. Tais achados vão de encontro aos achados da literatura predominante, a qual apresenta médias de depressão maiores para indivíduos do sexo feminino. Contudo, este estudo corrobora um menor número de achados da literatura, com amostras brasileiras, que verificou maiores médias de depressão em homens (Hutz & Nunes, 2001; Serafini, 2008).

Considerações Finais

É plausível que a frequência e intensidade com que os traços de neuroticismo manifestam-se nas pessoas predisponham diferentes níveis de ruminação. Uma vez que pessoas com altos escores de N tendem a perceber seus eventos de vida de forma mais negativa, é possível que estes vivam mais eventos estressores e ruminem mais sobre eles. Neste sentido, a ruminação pode ser pensada como um mecanismo subjacente que dá continuidade ao círculo vicioso de interpretar eventos mais negativamente do que de fato são e experienciar mais afetos negativos. É importante salientar que o presente estudo é de caráter correlacional, o que não permite inferir relações de causalidade entre as variáveis.

Por fim, observa-se que não há consenso na literatura acerca da relação entre neuroticismo (e suas facetas) e a variável sexo. Isso permite supor que outras variáveis que não foram contempladas neste estudo, tais como aspectos sociais, culturais e demográficos,

merecem ser melhor analisadas em estudos posteriores. Ademais, são necessárias explicações adicionais (talvez, para além de uma idiossincrasia da amostra) sobre o porquê de homens apresentarem média superior de depressão do que mulheres.

Referências

- Brasil. Ministério da Saúde. Conselho Nacional de Saúde. (1996). *Resolução 196, de 10 de outubro de 1996*. Aprova as diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisa envolvendo seres humanos. Brasília: Autor.
- Broderick, P. C., & Korteland, C. (2002). Coping style and depression in early adolescence: relationships to gender, gender role and implicit beliefs. *Sex Roles, 46* (7), 201-213.
- Costa Jr., P. T., & McCrae, R. R. (1992). *Revised NEO Personality Inventory (NEO-PI-R) and NEO Five-Factor Inventory (NEO-FFI) professional manual*. Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.
- Costa Jr., P. T., & McCrae, R. R. (2007). *Inventário de Personalidade Neo Revisado e Inventário de Cinco Fatores Neo Revisado NEO-FFI-R (versão curta)*. São Paulo: Vetor.
- DeNeve, K. M., & Cooper, H. (1998). The happy personality: a meta-analysis of 137 personality traits and subjective well-being. *Psychological Bulletin, 124*, 197-229.
- Donaldson, C., & Lam, D. (2004). Rumination, mood and social problem-solving in major depression. *Psychological Medicine, 34* (7), 1309-1318.
- Ebert, M. H., Loosen, P.T., & Nurcombe, B. (2002). *Psiquiatria: diagnóstico e tratamento*. Porto Alegre: Artmed.
- Hutz, C. S., & Nunes, C. H. S. S. (2001). *Escala fatorial de ajustamento, emocional/neuroticismo*. São Paulo: Casa do Psicólogo.
- Hutz, C. S., Silveira, A. D., Serra, J. G., Anton, M. C., & Wieczorek, L. S. (1998). O desenvolvimento de marcadores para a avaliação da personalidade no Modelo dos Cinco Grandes Fatores. *Psicologia: Reflexão e Crítica, 11* (2), 395-415.
- Jose, P. E., & Brown, I. (2008). When does the gender difference in rumination begin? Gender and age differences in the use of rumination by adolescents. *Journal of Youth Adolescence, 37* (2), 180-192.
- Lyubomirsky, S., Kasri, F., & Zehm, K. (2003). Dysphoric rumination impairs concentration on academic tasks. *Cognitive Therapy and Research, 27* (3), 309-330.
- Lyubomirsky, S., & Tkach, C. (2004). The consequences of dysphoric rumination. In C. Papageorgiou & A. Wells (Eds.), *Rumination: nature, theory, and treatment of negative thinking in depression* (pp.21-41). Chichester, UK: John Wiley & Sons.
- Magnus, K., Diener, E., Fujita, F., & Pavot, W. (1993). Extraversion and neuroticism as predictors of objective life events: a longitudinal analysis. *Journal of Personality and Social Psychology, 65* (5), 1046-1053.
- Matthews, G., & Wells, A. (2004). Rumination, depression, and metacognition: the S-REF model. In C. Papageorgiou & A. Wells (Eds.), *Rumination: nature, theory, and treatment of negative thinking in depression* (pp.125-152). Chichester, UK: John Wiley & Sons.
- McCrae, R. R., & John, O. P. (1992). An introduction to the five-factor model and its applications. *Journal of Personality, 60* (2), 175-215.
- McCrae, R. R., & Costa, P. T. J. (1997). Personality trait structure as a human universal. *American Psychologist, 52* (5), 509-516.
- Nolen-Hoeksema, S. (1991). Response to depression and their effects on the duration of depressive episodes. *Journal of Abnormal Psychology, 100* (4), 569-582.
- Nolen-Hoeksema, S. (2004). The response style theory. In C. Papageorgiou & A. Wells (Eds.), *Rumination: nature, theory, and treatment of negative thinking in depression* (pp.107-124). Chichester, UK: John Wiley & Sons.
- Nolen-Hoeksema, S., & Jackson, B. (2001). Mediators of the gender difference in rumination. *Psychology of Women Quarterly, 25* (1), 37-47.
- Nolen-Hoeksema, S., Morrow, J., & Fredrickson, B. (1993). Response styles and the duration of episodes of depressed mood. *Journal of Abnormal Psychology, 102* (1), 20-28.
- Nolen-Hoeksema, S., Parker, L., & Larson, J. (1994). Ruminative coping with depressed mood following loss. *Journal of Personality and Social Psychology, 67* (1), 92-104.
- Nunes, C. H. S. S. (2000). *A construção de um instrumento de medida para o fator neuroticismo/estabilidade emocional dentro do modelo de personalidade dos cinco grandes fatores*. Dissertação de mestrado não-publicada, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre.
- Oliveira, J. H. B. (2002). Neuroticismo: algumas variáveis diferenciais. *Análise Psicológica, 4* (20), 647-655.
- Pervin, L. A., & John, O. P. (2004). *Personalidade: teoria e pesquisa* (8ª ed.). Porto Alegre: Artmed.
- Roberts, J. E., Gilboa, E., & Gotlib, I. H. (1998). Ruminative response style and vulnerability to episodes of dysphoria: gender, neuroticism, and episode duration. *Cognitive Therapy and Research, 22* (4), 401-423.
- Roelofs, J., Huibers, M., Peeters, F., & Arntz, A. (2008). Effects of neuroticism on depression and anxiety: rumination as a possible mediator. *Personality and Individual Differences, 44* (3), 576-586.
- Serafini, A. J. (2008). *Satisfação de vida, rede de relações, coping, neuroticismo em adolescentes portadores e não portadores do vírus da imunodeficiência humana - HIV*. Tese de doutorado não-publicada, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre.
- Silva, R. S., Schlottfeldt, C. G., Rozenberg, M. P., Santos, M. T., & Lelé, A. J. (2007). Replicabilidade do modelo dos cinco fatores em medidas da personalidade. *Mosaico: Estudos em Psicologia, 1* (1), 37-50.

- Teasdale, J. D., & Green, H. A. C. (2004). Ruminative self-focus and autobiographical memory. *Personality and Individual Differences, 36* (8), 1933-1943.
- Thayer, J. F., Rossy, L. A., Ruiz-Padial, E., & Johnsen, B. H. (2003). Gender differences in the relationship between emotional regulation and depression symptoms. *Cognitive Therapy and Research, 27* (3), 349-364.
- Trapnell, P. D., & Campbell, J. D. (1999). Private self-consciousness and the five-factor model of personality: distinguishing rumination from reflection. *Journal of Personality and Social Psychology, 76* (2), 284-304.
- Trentini, C. M., Hutz, C. S., Bandeira, D. R., Teixeira, M. A. P., Gonçalves, M. T. A., & Thomazoni, A. R. (2009). Correlações entre a EFN - escala fatorial de neuroticismo e o IFP - inventário fatorial de personalidade. *Avaliação Psicológica, 8* (2), 209-217.
- Watson, D., & Hubbard, B. (1996). Adaptational style and dispositional structure: coping in the context of the five-factor model. *Journal of Personality, 64*, 737-774.
- Wells, A., & Matthews, G. (1996). Modeling cognition in emotional disorder: the S-REF model. *Behavior, Research and Therapy, 34* (11), 881-888.
- Zanon, C. (2009). *Relações da ruminação e reflexão com bem-estar subjetivo, facetas do neuroticismo e sexo*. Dissertação de mestrado não-publicada, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre.
- Zanon, C., & Hutz, C. S. (2009). Propriedades psicométricas da Escala Fatorial de Neuroticismo e do Questionário de Ruminação e Reflexão. *Avaliação Psicológica, 8* (2), 279-281.
- Zanon, C., & Teixeira, M. A. (2006). Adaptação do Questionário de Ruminação e Reflexão (QRR) para estudantes universitários brasileiros. *Interação em Psicologia, 10* (1), 75-82.

Recebido em: 4/8/2011

Versão final reapresentada em: 12/9/2011

Aprovado em: 4/11/2011

