

UNIVERSIDADE DE TRÁS-OS-MONTES E ALTO DOURO

Dissertação de Mestrado em Psicologia da Educação

**ESPERANÇA, PERCEÇÃO GERAL DE SAÚDE, DIMENSÕES DA  
DEPRESSÃO E EXPECTATIVAS PROFISSIONAIS EM JOVENS DO ENSINO  
SUPERIOR**

Alexandra Cristina Evangelista Martins

Orientador: Prof. Doutora Maria Cristina Quintas Antunes



Vila Real, 2015

UNIVERSIDADE DE TRÁS-OS-MONTES E ALTO DOURO

**ESPERANÇA, PERCEÇÃO GERAL DE SAÚDE, DIMENSÕES DA  
DEPRESSÃO E EXPECTATIVAS PROFISSIONAIS EM JOVENS DO ENSINO  
SUPERIOR**

Dissertação de Mestrado em Psicologia da Educação

Alexandra Cristina Evangelista Martins

Orientador: Prof. Doutora Maria Cristina Quintas Antunes

Vila Real, 2015

Dissertação apresentada à Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro, a fim de obter o grau conducente a Mestre em Psicologia, especialização em Psicologia da Educação, sob a orientação da Professora Doutora Maria Cristina Quintas Antunes.

## **Agradecimentos**

Esta fase foi sem dúvida crucial para o meu crescimento tanto a nível pessoal como profissional, mas que não seria possível se não tivesse as pessoas certas do meu lado. Por isso, quero deixar o meu profundo agradecimento aos que me acompanharam ao longo desta caminhada.

À minha supervisora, professora Doutora Cristina Antunes por todo o apoio, atenção, disponibilidade, paciência e por, se me permitem, por fazer parecer tudo tão fácil, por descomplicar, por todo o incentivo e transmissão de conhecimentos.

Aos estudantes universitários que participaram nesta investigação, que voluntariamente cederam o seu tempo respondendo aos questionários para que este trabalho pudesse ter êxito.

Aos meus pais por me permitirem vivenciar esta experiência, pelo vosso amor e apoio incondicional, sem vocês nada disto seria possível.

À minha irmã por todo o incentivo e orgulho demonstrado.

Às minhas colegas de casa por toda a paciência, compreensão, pelo incentivo e carinho.

À Joana Geraldês, por todo o apoio, encorajamento, carinho, e ajuda prestada desde o início desta caminhada.

## Índice Geral

Índice Geral.....	5
Índice de Tabelas .....	8
Índice de Siglas .....	9
Introdução .....	10
ESTUDO EMPÍRICO I: Construção e validação das expectativas profissionais em jovens do ensino superior .....	11
RESUMO .....	12
ABSTRACT .....	13
1-Introdução .....	14
2- Metodologia .....	16
2.1- Tipo de Estudo .....	16
2.2- População e Amostra.....	17
2.3- Procedimentos .....	19
2.4- Instrumentos .....	19
3-Resultados .....	21
3.1- Análise do poder discriminativo dos itens .....	22
3.2- Análise da fiabilidade.....	23

3.3- Análise da validade fatorial.....	26
3.4- Análise da consistência interna .....	27
3.5- Análise Fatorial Confirmatória .....	27
3.6- Diferenças de Sexo nas Expectativas Profissionais .....	29
3.7- Diferenças de ano curricular nas expectativas profissionais.....	29
4-Discussão dos resultados.....	30
Conclusão .....	33
5- Referências Bibliográficas: .....	33
ESTUDO EMPÍRICO II:Relação entre esperança, percepção geral de saúde, dimensões da depressão e expectativas profissionais em jovens do ensino superior .....	35
RESUMO .....	36
ABSTRACT .....	37
1-Introdução .....	38
2-Metodologia .....	50
2.1- Tipo de Estudo .....	50
2.2- População e Amostra.....	51
2.3- Procedimentos .....	52
2.4- Instrumentos .....	53
3-Resultados .....	55
4- Discussão dos resultados.....	62

Conclusão .....	65
5- Referências Bibliográficas: .....	66
Considerações Finais .....	72
<b>ANEXOS</b> .....	73

## Índice de Tabelas

Tabela 1- Análise do poder discriminativo dos 11 itens, pela frequência de resposta em cada alternativa. ....	23
Tabela 2- Correlação de Pearson entre os itens da EEPEES. ....	24
Tabela 3- Intercorrelações dos 11 itens, com os itens 1, 8 e 10 invertidos. ....	25
Tabela 4- Matriz de análise em componentes principais com extração de 1 fator (11 itens). ....	26
Tabela 5- Matriz de análise em componentes principais, com extração de 1 fator (sem os itens 4, 5 e 7). ....	27
Tabela 6- Índices de ajustamento global nos diferentes modelos. ....	28
Tabela 7- Carga fatorial estandardizada dos itens no fator, valor das variâncias-erro ou variâncias próprias de cada item e valor das covariâncias. ....	28
Tabela 8- Valores médios e desvio padrão das expectativas em função do sexo ..... 29	
Tabela 9- Valores médios e desvio padrão das expectativas profissionais em função do ano curricular. ....	30
Tabela 10- Valores médios e desvio padrão das dimensões da escala de depressão, ansiedade e stresse em função do ano curricular. ....	57
Tabela 11- T-test para diferenças de sexo nas dimensões da escala de depressão, stresse e ansiedade, percepção geral de saúde e esperança. ....	58
Tabela 12- Valores da correlação r de Pearson entre dimensões da escala DASS, de depressão, stresse e ansiedade, percepção geral de saúde (GHQ Total), as expectativas e a esperança dos jovens universitários. ....	60

## **Índice de Siglas**

EEPEES - Escala das Expectativas Profissionais dos Estudantes do Ensino Superior

DASS-21 - *Depression, Anxiety and Stresse Scales*

## **Introdução**

A esperança, a percepção geral de saúde, as dimensões da depressão e as expectativas profissionais dos jovens do ensino superior têm vindo a desempenhar um papel importante quer seja durante o percurso académico quer no decorrer do percurso profissional. Deste modo, torna-se pertinente a investigação nesta área a fim de promover o bem-estar psicológico dos estudantes universitários com o intuito de diligenciar o sucesso académico e formar profissionais competentes nas diversas áreas.

Assim, o objetivo principal desta investigação prende-se em analisar se a esperança, a percepção geral de saúde, as dimensões da depressão e as expectativas profissionais dos jovens do ensino superior se encontram relacionadas. Para dar resposta a este objetivo, inicialmente apresenta-se a construção e validação de uma escala de avaliação das expectativas profissionais em jovens do ensino superior (estudo empírico I). Posteriormente, procede-se à análise da relação entre esperança, a percepção geral de saúde, as dimensões da depressão e as expectativas profissionais dos jovens do ensino superior (estudo empírico II).

ESTUDO EMPÍRICO I:

**Construção e validação de uma escala de avaliação das expectativas profissionais  
em jovens do ensino superior**

Alexandra Cristina Evangelista Martins

Orientador: Prof. Doutora Maria Cristina Quintas Antunes

Universidade de Trás-os-Montes E Alto Douro

## RESUMO

As expectativas têm sido apontadas pela literatura da área como um importante elemento que condiciona e influencia o percurso acadêmico dos estudantes universitários (Campos & Freitas, 2008). O objetivo primordial deste estudo foi construir e validar uma escala para avaliar as expectativas profissionais dos estudantes do ensino superior, e ainda comparar as expectativas entre sexos e anos curriculares (1º e 3º ano). Para o efeito, procedeu-se ao desenvolvimento da EEPEES, à análise da sua consistência interna e à sua estrutura fatorial. No presente estudo participaram 468 estudantes sendo que 21,4% pertencem ao sexo masculino e 78,6% ao sexo feminino com idades compreendidas entre os 18 e os 30 anos. Os resultados apontam para uma consistência interna aceitável ( $\alpha$  total=.779) e sugerem que a escala revela propriedades psicométricas aceitáveis que podem legitimar a sua aplicação em investigações futuras. No que concerne ao sexo, são os indivíduos do sexo masculino que reportam maior índice de expectativas assim como os estudantes do 1º ano quando comparados com os do 3º ano de licenciatura.

**Palavras-chave:** expectativas, jovens universitários, consistência interna, análise fatorial.

## ABSTRACT

Expectations about one's professional future have been identified in the literature as an important element that determines and influences the academic career of university students (Campos & Freitas, 2008). The aim of this study was to construct and validate an instrument to assess the professional expectations of college undergraduate students, and also compare the professional expectations between gender and graduation year (1st and 3rd year). To this purpose, after developing the Professional expectations Scale, with 11 items, statistical analysis were performed in order to determine its internal consistency and the factor structure. Participants were 468 students, 21.4% male and 78.6% female, aged between 18 and 30 years old. The results indicated an acceptable internal consistency (Cronbach's  $\alpha = .779$ ) and confirmatory factorial analysis confirmed a unic factor. The Professional Expectations Scale reveals acceptable psychometric properties which legitimize its use in future investigations. With respect to group differences, males reported higher professional expectations as well as students attending the 1st year.

**Keywords:** professional expectations, university students, internal consistency, factor analysis.

## 1-Introdução

As expectativas profissionais dos jovens do ensino superior bem como a empregabilidade são um tema que marcam a atualidade dada a situação na qual se encontra o mercado de trabalho (Campos & Freitas, 2008).

No que respeita às expectativas profissionais, é de salientar que a extroversão, a autoconfiança e a autoestima surgem como fatores importantes e significativos nesta matéria. Campos e Freitas (2008), no seu estudo, encontraram uma associação positiva entre o otimismo e a percepção que os jovens têm quanto ao seu futuro.

Estudos realizados nesta área indicam que à entrada na universidade os alunos ostentam uma taxa positiva de expectativas, nos mais diversos domínios, sendo no entanto frequente que no final do ano letivo essas expectativas sejam superiores aos seus comportamentos para a realização das mesmas (Coleta & Coleta, 2006; Santos, 2000). Esta discrepância poderá ser explicada por expectativas irrealistas ou por uma certa decepção à medida que vida académica evolui, dado que muitos alunos fazem as suas escolhas profissionais sem ter em conta as implicações que as mesmas acarretam a nível de tarefas, dificuldades e responsabilidades (Almeida et al., 2003; Araujo & Haas, 2012; Bardagi, Lassance, & Paradiso, 2003).

Igue, Bariani e Milanesi (2008) realizaram um estudo com o intuito de verificar se as expectativas dos universitários variavam do primeiro ano para o último, o ano de conclusão. Os autores constataram que os alunos com expectativas mais elevadas tendem a apresentar maior sucesso académico, não só ao nível das médias das notas como também no que respeita às relações interpessoais. Ao longo do curso, os estudantes encontram métodos e estratégias de estudo que mais se adequam a cada um e por isso,

os melhores resultados podem ser explicados por este fator. O sucesso acadêmico, segundo Igue, Bariani e Milanesi (2008), parece aumentar proporcionalmente às expectativas dos jovens universitários porque quando este fator é mais elevado, os alunos encontram-se mais predispostos à mudança, à adaptação, ao que é novo e sobretudo, encontram-se mais motivados para a experiência que é o ensino superior.

Na mesma linha dos estudos anteriormente referidos também Bardagi, Lassance, Paradiso e Meneses (2006) confirmaram que o facto de os jovens estarem envolvidos em atividades académicas melhora as expectativas quanto ao seu futuro e ao facto de poderem vir a exercer profissionalmente na sua área de formação. No entanto, a consciência das dificuldades que o mercado de trabalho acarreta, implica que os alunos invistam significativamente no seu currículo.

Segundo Arnett (2004), os jovens universitários encontram-se na fase dos adultos emergentes, uma fase transicional entre a adolescência e a idade adulta. Estes jovens não são adolescentes pois estão a atravessar um período no qual se encontram mais livres do controlo parental e também na exploração independente. Também não são adultos porque os jovens por volta dos vinte anos ainda não estão preparados para determinados assuntos como o casamento ou paternidade que distinguem a idade adulta e, eventualmente, ainda não atingiram a maturidade em diferentes domínios. Estes indivíduos situam-se, segundo Arnett (2007), em idades compreendidas entre os 18 e os 25-30 anos, período no qual atravessam momentos de instabilidade, crises de identidades, sentimentos de confusão, pressão e insegurança em virtude do que lhes é exigido pela sociedade em geral ou mesmo por eles próprios. Os adultos emergentes, sobretudo os estudantes universitários, segundo Arnett (2004), caracterizam-se pelo

facto de atravessarem um período de exploração de identidade e experimentação em temas específicos como o amor e o trabalho; por ser um período de instabilidade e também por ser uma etapa onde os jovens se encontram mais focados em si próprios. É a fase na qual já não se é adolescente mas também não se atingiu a idade adulta; e por fim é o período no qual existem mais possibilidades de vida, ou seja, é onde se verificam não só distintos futuros em aberto como também o período onde não existem direções definidas.

Dada a relevância desta problemática das expectativas profissionais e estando os jovens universitários numa fase transicional particularmente crítica, tal como demonstra a literatura, surge a necessidade de construir e validar uma escala sobre as expectativas que os jovens universitários revelam quanto ao seu futuro, o que se constituiu como objetivo deste trabalho de investigação. Para dar resposta a este objetivo, torna-se pertinente a formulação de objetivos específicos, os quais se referem à análise do poder discriminativos dos itens, à avaliação da análise da fidelidade, à análise da validade fatorial e da consistência interna e à identificação/ confirmação da estrutura fatorial do mesmo, através da análise em componentes principais e análise fatorial confirmatória. Ainda nos objetivos específicos, pretende-se comparar as expectativas dos estudantes entre sexo, bem com as expectativas entre anos curriculares, designadamente entre o 1º e o 3º ano.

## **2- Metodologia**

### **2.1- Tipo de Estudo**

Este estudo é de carácter transversal pois a recolha dos dados efetuou-se num único momento. Similarmente, é de carácter exploratório pois o problema tem sido

pouco abordado, tendo sido obtida pouca informação empírica no que concerne a instrumentos com a finalidade de avaliar as expectativas profissionais nos jovens do ensino superior. O estudo é também de carácter quantitativo dado que a investigação é orientada para os resultados e a sua consequente medição rigorosa.

É ainda um estudo comparativo porque se pretende realizar comparações entre grupos, nomeadamente nas expectativas, entre o 1º e 3º ano de universidade (Pais-Ribeiro, 2008).

Esta investigação tem como variável dependente as expectativas e como variáveis independentes o sexo e o ano curricular.

## **2.2- População e Amostra**

### **2.2.1- População**

Os dados recolhidos para a presente investigação tiveram origem em estudantes universitários da Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro (UTAD). A amostra foi constituída por estudantes do 1º e do 3º ano da universidade e, portanto, por adultos emergentes que, segundo Arnett (2004), se situam em idades compreendidas entre os 18 e os 25-30 anos.

### **2.2.2- Seleção da Amostra**

A amostra foi constituída por conveniência e foram incluídos todos os indivíduos que, cumprindo os critérios de inclusão, no momento da colheita dos dados se encontravam presentes e deram o seu consentimento informado para participar na investigação.

### **2.2.3- Caracterização da amostra**

A presente investigação foi constituída por 468 estudantes da UTAD, sendo que 21,4 % pertencem ao sexo masculino e 78,6% pertencem ao sexo feminino, tendo como média de idades 20,73 anos ( $DP \pm 3.265$ ), com idades compreendidas entre os 18 e os 30 anos. Relativamente à distribuição da amostra por anos que frequentam na universidade, 43,4% corresponde ao 1º ano e 56,6% corresponde ao 3º ano.

A amostra foi constituída pelos seguintes cursos: enfermagem (18,6%), psicologia (19,2%), reabilitação psicomotora (17,5%), línguas e relações empresariais (6,6%), ciência alimentar (10,3%), bioquímica (1,9%), arquitetura paisagista (3,8%), serviço social (10,7%), comunicação e multimédia (2,4%), medicina veterinária (0,2%), educação física e desporto escolar (6,2%), engenharia civil (0,2%), engenharia mecânica (0,2%), bioengenharia (0,6%), ciências do desporto (0,2%) e química medicinal (1,1%).

Quando questionados acerca dos do nível de escolaridade dos pais, os estudantes facultaram os seguintes dados respeitantes às mães; 5,6% são analfabetas, 20,5 % têm o primeiro ciclo, 20,3% o segundo ciclo, 22,9 % o terceiro ciclo, 21,6% o ensino secundário e 9,2% o ensino superior. Relativamente ao pais, 7,7% são analfabetos, 28,4% têm o primeiro ciclo, 22,2% o segundo ciclo, 18,4% o terceiro ciclo, 14,5% o ensino secundário e 8,8% o ensino superior.

No que concerne ao nível socioeconómico do agregado familiar, 39,1% auferem apenas o ordenado mínimo, 48,1% com um rendimento entre 900 e 1500 euros e, por fim, 12,8% com um rendimento igual ou superior a 1600 euros.

No que diz respeito à emigração, 69,4% dos estudantes tem ou teve familiares mais próximos que estão ou estiverem emigrados, sendo que ao pai corresponde uma percentagem de 31,6 %, à mãe 14,1%, ao avô 13,2%, à avó 10%, aos irmãos/ cunhados

17,5 %, à tia 37%, ao tio 40,6% e aos primos 39,5%. Quanto aos próprios estudantes, 9,2% já esteve emigrado.

### **2.3- Procedimentos**

Após a aprovação da comissão de ética para a realização deste estudo (Anexo I), os diretores dos respetivos departamentos da UTAD foram contactados, a fim de facultarem as autorizações no que respeita à participação dos estudantes universitários do curso de licenciatura que coordenavam.

As provas foram administradas individualmente em contexto de sala de aula. Alertaram-se os alunos para o facto de a participação ser voluntária, poderem desistir a qualquer momento do preenchimento dos questionários, sem que tal lhes trouxesse qualquer prejuízo, garantindo-lhes total confidencialidade e anonimato dos dados recolhidos. Os alunos foram informados dos objetivos da investigação e o facto de entregarem o questionário completamente preenchido foi considerado consentimento informado.

### **2.4- Instrumentos**

#### **2.4.1- Questionário de Caracterização Social**

Construiu-se para este estudo um questionário de caracterização social, permitindo recolher informação acerca do sexo, idade, ano e curso que frequenta, nível de escolaridade do pai e da mãe. Paralelamente, destinou-se a adquirir informação no que respeita ao nível socioeconómico do agregado familiar bem como aos dados acerca da emigração, tanto do próprio aluno como dos seus familiares mais próximos, nomeadamente pais, avós, irmãos/cunhados, tios e primos.

## 2.4.2- Escala das Expectativas Profissionais dos Estudantes do Ensino Superior

Dado que não foi possível encontrar, na pesquisa realizada, instrumentos para avaliar as expectativas profissionais de jovens universitários, decidiu-se construir um instrumento que pudesse aferir as expectativas dos estudantes relativamente às possibilidades de se realizarem profissionalmente com o curso que frequentam, após terminarem o mesmo.

A Escala das Expectativas Profissionais dos Estudantes do Ensino Superior (EEPEES) foi submetida a um processo de leitura (reflexão falada) a um grupo de estudantes universitários, que não integraram a amostra final, a fim de verificar se os 11 itens, construídos com base na revisão de literatura, eram compreensíveis e se traduziam o que se pretendia. Segundo a primeira versão construída da EEPEES e na data da aplicação, a mesma era constituída por 11 itens, apresentados como afirmações, de resposta tipo *Likert*, variando entre 0 (Concordo Totalmente) e 3 (Discordo Totalmente)

A EEPEES varia entre 0 e 33 e quanto mais elevado o valor mais baixas são as expectativas. Nos itens 1, 8 e 10, a cotação é invertida (0 = discordo totalmente e 3 = concordo totalmente).

A EEPEES era constituída pelos seguintes itens:

- 1- *Tenho dúvidas se este curso me vai ajudar a encontrar trabalho.*
- 2- *Estou no curso que gosto.*
- 3- *Quando acabar o curso espero encontrar trabalho na minha área de formação.*
- 4- *Se não encontrar trabalho em Portugal nesta área, emigro.*

- 5- *Não sei se conseguirei encontrar trabalho nesta área no final do curso.*
- 6- *No final do curso gostaria de encontrar trabalho em Portugal.*
- 7- *Se não encontrar trabalho em Portugal, nesta área, no final do curso, faço outra formação.*
- 8- *Tenho dúvidas se gosto deste curso.*
- 9- *Quando penso no meu futuro profissional acho que vou conseguir realizar-me profissionalmente.*
- 10- *Sinto-me inseguro quanto ao meu futuro profissional.*
- 11- *Sinto-me satisfeito relativamente ao curso que estou a frequentar.*

### **3-Resultados**

Nesta secção iremos apresentar os resultados do estudo das qualidades psicométricas da EEPEES.

Para a análise estatística dos dados, procedeu-se à inserção dos dados no programa SPSS (*Statistical Package for the Social Science*, versão 22), começando pela análise do poder discriminativo dos itens através da frequência de resposta.

Para as associações entre itens utilizou-se o coeficiente de correlação de Pearson que teve por base os graus de coeficiente propostos por Dancey e Reidy (2006). Quando  $r=1$  ou  $r=-1$ , verificou-se um relacionamento perfeito, sendo que  $r < 0.3$  é um relacionamento fraco,  $r < 0.6$  é um relacionamento moderado e  $r > 0.6$  é um relacionamento forte, quer sejam estes positivos ou negativos.

Executou-se a análise fatorial com recurso ao método de extração dos componentes principais, que resultou na extração de um fator.

Com a finalidade de avaliar a consistência interna da EEPEES, recorreu-se ao coeficiente de alfa de *Cronbach*.

Recorreu-se ainda ao *software* AMOS 6 (*Analysis of Moment Structures*), considerando-se a matriz de covariâncias e optando pelo método de estimação ML (*Maximum Likelihood*), com o objetivo de conseguir mais evidências para se corroborar o modelo unidimensional proposto para a escala EEPEES, através de análise fatorial confirmatória.

Finalmente, utilizou-se o *T-test* para averiguar as diferenças entre ano curricular e expectativas profissionais e as diferenças entre sexo e expectativas profissionais, após a análise das medidas de simetria (*Skewness*) e achatamento (*Kurtosis*) para verificar se os dados seguem uma distribuição normal.

### **3.1- Análise do poder discriminativo dos itens**

Para identificar os itens que melhor diferenciam as respostas dos sujeitos procedeu-se à análise do poder discriminativo dos itens, pela frequência de respostas em cada alternativa. Verificou-se (tabela 1) que todos os 11 itens apresentavam respostas em todas as alternativas (desde discordo totalmente até concordo totalmente), embora, em alguns itens, a percentagem de respostas em cada alternativa tivesse sido assimétrica.

Tabela 1- Análise do poder discriminativo dos 11 itens, pela frequência de resposta em cada alternativa.

Item	0= Concordo Totalmente	1= Concordo	2= Discordo	3= Discordo Totalmente
Item 1	10,5%	40,0%	33,1%	16,5%
Item 2	54,5%	35,7%	6,8%	3,0%
Item 3	60,0%	32,7%	4,1%	3,2%
Item 4	32,7%	42,3%	18,2%	6,8%
Item 5	18,6%	53,6%	22,9%	4,9%
Item 6	62,2%	29,5%	4,7%	3,6%
Item 7	10,0%	35,9%	38,0%	16,0%
Item 8	5,6%	13,9%	26,7%	53,8%
Item 9	27,4%	57,5%	12,2%	3,0%
Item 10	12,8%	47,0%	32,1%	8,1%
Item 11	41,0%	45,5%	9,8%	3,6%

### 3.2- Análise da fiabilidade

Após a análise estatística para a consistência interna da EEPEES, através do método alfa de *Cronbach*, obteve-se um valor de  $\alpha = 0,66$  para a escala total (11 itens). No entanto, este valor ainda não se aproxima do valor de referência (*Cronbach* de  $\alpha = .999$ ) (Marôco, 2007).

Tabela 2- Correlação de Pearson entre os itens da EEPEES.

		Item 1	Item 2	Item 3	Item 4	Item 5	Item 6	Item 7	Item 8	Item 9	Item 10	Item 11
Item 2	R	<b>-.308</b>										
	p	.000										
Item 3	R	<b>-.154</b>	<b>.428</b>									
	p	.000	.000									
Item 4	R	.014	.066	<b>.254</b>								
	p	.977	.088	.000								
Item 5	R	<b>.500</b>	<b>-.098</b>	.045	<b>.102</b>							
	p	.000	.012	.261	.026							
Item 6	R	.034	<b>.313</b>	<b>.487</b>	.032	<b>.245</b>						
	p	.941	.000	.000	.943	.000						
Item 7	R	<b>.088</b>	.010	-.060	-.007	<b>.116</b>	<b>.138</b>					
	p	.045	.592	.324	.745	.024	.001					
Item 8	R	<b>.310</b>	<b>-.654</b>	<b>-.392</b>	-.005	<b>.191</b>	<b>-.345</b>	.000				
	p	.000	.000	.000	.440	.001	.000	.530				
Item 9	R	<b>-.234</b>	<b>.321</b>	<b>.372</b>	<b>.169</b>	<b>-.090</b>	<b>.258</b>	-.056	-.344			
	p	.000	.000	.000	.001	.045	.000	.300	.000			
Item 10	R	<b>.338</b>	<b>-.117</b>	-.054	-.047	<b>.392</b>	.040	<b>.086</b>	<b>.318</b>	<b>-.230</b>		
	p	.000	.002	.200	.270	.000	.763	.044	.000	.000		
Item 11	R	<b>-.224</b>	<b>-.117</b>	<b>.461</b>	.128	.024	<b>.309</b>	-.056	<b>-.520</b>	<b>.434</b>	<b>-.108</b>	
	p	.000	.000	.000	.007	.735	.000	.194	.000	.000	.012	

Legenda: R = correlação de pearson; p = valor de prova ou nível de significância do teste estatístico

Nota: O valor dos itens não foram invertidos para esta análise das correlações.

Procedeu-se à inversão dos itens 1, 8 e 9 para que o efeito de respostas ao “acaso”.

Tabela 3- Intercorrelações dos 11 itens, com os itens1, 8 e 10 invertidos.

		Item1	Item2	Item3	Item4	Item5	Item6	Item7	Item8	Item9	Item10
Item2	R	.308									
	P	.000									
Item3	R	.154	.428								
	P	.001	.000								
Item4	R	-.014	.066	.254							
	P	.759	.156	.000							
Item5	R	-.500	-.098	.045	.102						
	P	.000	.033	.331	.027						
Item6	R	-.034	.313	.487	.032	.245					
	P	.464	.000	.000	.487	.000					
Item7	R	-.088	.010	-.060	-.007	.116	.138				
	P	.057	.828	.196	.877	.012	.003				
Item8	R	.310	.654	.392	.005	-.191	.345	.000			
	P	.000	.000	.000	.915	.000	.000	.997			
Item9	R	.234	.321	.372	.169	-.090	.258	-.056	.344		
	P	.000	.000	.000	.000	.053	.000	.229	.000		
Item10	R	.338	.117	.054	.047	-.392	-.040	-.086	.318	.230	
	P	.000	.012	.244	.313	.000	.395	.062	.000	.000	
Item11	R	.224	.612	.461	.128	.024	.309	-.056	.520	.434	.108
	P	.000	.000	.000	.005	.598	.000	.224	.000	.000	.020

### 3.3- Análise da validade fatorial

A análise da validade fatorial foi realizada através da análise em componentes principais, num primeiro momento e, num segundo momento, através da análise fatorial confirmatória.

Realizada a análise em componentes principais com os 11 itens iniciais, (itens 1, 8 e 10 invertidos), observando a tabela 4, verificou-se que os itens 4, 5 e 7 apresentavam baixo valor de saturação (respetivamente item 4=.186, item 5= -.203, item 7=.059).

Tabela 4- Matriz de análise em componentes principais com extração de 1 fator (11 itens).

Item	Saturação
1	.474
2	.785
3	.681
4	.186
5	-.203
6	.494
7	.059
8	.790
9	.629
10	.356
11	.768

Após uma segunda análise, em que foram retirados os itens 4, 5 e 7, e observando a tabela 5, pode verificar-se que o valor de saturação apresenta valores satisfatórios em todos os 8 itens e a variância total explicada é de 41,27%.

Tabela 5- Matriz de análise em componentes principais, com extração de 1 fator (sem os itens 4, 5 e 7).

Item	Saturação
1 (invertido)	.437
2	.794
3	.688
6	.534
8 (invertido)	.794
9	.623
10 (invertido)	.319
11	.775

### 3.4- Análise da consistência interna

Numa segunda análise dos dados decidiu-se repetir a análise da fiabilidade apenas com os itens 1, 2, 3, 6, 8, 9, 10 e 11, sem os itens que saturaram de forma inadequada na análise em componentes principais (itens 4, 5 e 7).

Com a segunda versão da escala, obteve-se um alfa de *Cronbach* de  $\alpha=.779$ , que se aproxima consideravelmente do valor de referência (*Cronbach* de  $\alpha=.999$ ) (Marôco, 2007). Sendo que, o valor encontrado para a EEPEES está dentro da margem de aceitabilidade, de modo que a fiabilidade da escala pode ser considerada satisfatória.

### 3.5- Análise Fatorial Confirmatória

Com o objetivo de conseguir mais evidências para se corroborar o modelo unidimensional proposto para a escala EEPEES, procedeu-se a uma análise fatorial confirmatória. Para a realização da mesma optou-se pelo *software* AMOS 6 (*Analysis of Moment Structures*), considerando-se a matriz de covariâncias e optando pelo método de estimação ML (*Maximum Likelihood*).

Tabela 6- Índices de ajustamento global nos diferentes modelos.

	X <sup>2</sup>	X <sup>2</sup> /gl	Gl	RMR	AGFI	GFI	CFI	TLI	RMSEA
Modelo 1*	221,601	11,080	20	.054	.805	.892	.814	.739	.147
Modelo 2**	65,304	4,354	15	.024	.918	.966	.953	.913	.085

\*Modelo 1: um fator simples

\*\*Modelo 2: um fator com as variâncias próprias de itens correlacionados: e9 ↔ e10 (itens 9 e 10), e1 ↔ e6 (itens 1 e 6), e3 ↔ e6 (itens 3 e 6), e10 ↔ e1 (itens 10 e 1), e10 ↔ e8 (itens 10 e 8).

Tabela 7- Carga fatorial estandardizada dos itens no fator, valor das variâncias-erro ou variâncias próprias de cada item e valor das covariâncias.

Itens	β*	Ve **	Correlação entre variâncias próprias
1	.365	.672	e3 ↔ e6 = .319
2	.815	.187	e1 ↔ e6 = .171
3	.559	.360	e9 ↔ e10 = .186
6	.432	.455	e10 ↔ e1 = .262
8	.761	.343	e10 ↔ e8 = .325
9	.488	.386	
10	.138	.627	
11	.735	.274	

\*Loadings ou carga fatorial do item no fator;

\*\* Variância própria/variância-erro de cada item

### 3.6- Diferenças de Sexo nas Expectativas Profissionais

Para aferir as diferenças de médias nas expectativas profissionais em função do sexo (masculino e feminino) dos jovens universitários, procedeu-se a um *T- test*, após verificar e confirmar a distribuição normal da variável pelos valores de *Skewness* e *Kurtosis* ou assimetria e achatamento, os quais estavam compreendidos nos valores [-1, 1].

Tabela 8- Valores médios e desvio padrão das expectativas em função do sexo.

Variável	Sexo	Média	Desvio Padrão	Erro padrão da média
Expectativas	Masculino	7,78	4,052	.405
	Feminino	6,86	3,906	.204

Pelo t-test foi possível confirmar que os estudantes do ensino superior do sexo masculino revelam valor médio expectativas profissionais mais elevado do que o sexo feminino [ $t(466) = 2,075$ ;  $p=.039$ ].

### 3.7- Diferenças de ano curricular nas expectativas profissionais

Para aferir as diferenças de médias nas expectativas em função do ano curricular (1º e 3º) dos jovens universitários, procedeu-se a um *T- test*, após verificar e confirmar a distribuição normal da variável pelos valores de *Skewness* e *Kurtosis* ou assimetria e achatamento, os quais estavam compreendidos nos valores [-1, 1].

Tabela 9- Valores médios e desvio padrão das expectativas profissionais em função do ano curricular.

Variável	Ano curricular	Média	Desvio Padrão	Erro padrão da média
Expectativas	1º	6,64	4,168	.293
	3º	7,73	3,755	.231

Os resultados revelaram que os estudantes do 1º ano reportam média estatisticamente superior nas expectativas profissionais que os do 3º ano [ $t(466) = -1,996$ ;  $p = .047$ ].

#### 4-Discussão dos resultados

A presente investigação teve como objetivo principal a construção e validação de uma escala de expectativas profissionais dos estudantes do ensino superior, através da análise das qualidades psicométricas do instrumento, dada a falta de instrumentos para poder estudar este problema. No decurso desta investigação, estudou-se o poder discriminativo dos itens, a consistência interna e a validade fatorial, numa amostra de 468 estudantes do ensino superior que frequentavam o 1º e o 3º ano da licenciatura.

Inicialmente construiu-se uma escala com 11 itens, sendo que para identificar os itens que melhor diferenciam as respostas dos sujeitos procedeu-se à análise do poder discriminativo dos itens, pela frequência de respostas em cada alternativa. Verificou-se que todos os 11 itens apresentavam respostas em todas as alternativas (desde discordo totalmente até concordo totalmente), embora, em alguns itens, a percentagem de respostas em cada alternativa tivesse sido assimétrica. Após a análise da consistência interna da escala com 11 itens, obteve-se um *Alfa* de *Cronbach* pouco satisfatório

( $\alpha=.66$ ). Na observação da intercorrelação entre os itens constatou-se que os itens 4, 5 e 7 apresentavam muito baixas ou inexistentes correlações com os restantes itens.

Em seguida procedeu-se à análise da validade fatorial, através da análise em componentes principais com a extração de um fator, com os itens 1, 8 e 10 invertidos (cotação inversa). Nesta análise, os itens 4,5 e 7 revelaram baixo valor de saturação no fator único.

Deste modo, e após os processos estatísticos anteriormente descritos, optou-se por retirar os itens 4, 5 e 7, ficando a versão definitiva da escala formada por oito itens distribuídos num só fator, contendo ainda os itens 1, 8 e 10 invertidos (cotação invertida).

Os resultados da análise em componentes principais da escala com oito itens permitiu a identificação de um só fator, e todos os itens revelaram carga fatorial satisfatória.

Os resultados posteriores da consistência interna da EEPEES, com oito itens, reportam um índice aceitável de consistência ( $\alpha=.779$ )

A análise fatorial confirmatória ao modelo de oito itens veio corroborar a unidimensionalidade da escala e permitiu inferir que o modelo 2, com um fator simples e com os erros covariantes  $e3 \leftrightarrow e6 = .319$ ,  $e1 \leftrightarrow e6 = .171$ ,  $e9 \leftrightarrow e10 = .186$ ,  $e10 \leftrightarrow e1 = .262$  e  $e10 \leftrightarrow e8 = .325$ , era o mais aceitável.

A EEPEES constitui-se um instrumento válido, de fácil aplicação e preciso, dadas as suas qualidades métricas, a fim de se explorarem as expectativas profissionais que os estudantes universitários.

Relativamente às diferenças de sexo, foi possível inferir que os estudantes do 1º ano reportam mais elevadas expectativas profissionais que os do 3º ano corroborando, deste modo, as investigações de Coleta e Coleta (2006) e de Santos (2006). É possível que este resultado seja uma consequência social e cultural, numa sociedade em que o desemprego feminino se mantém mais elevado que o masculino e na qual são mais os homens que acedem a lugares de chefia e de topo nas carreiras, comparativamente com as mulheres. Os estudantes universitários podem beneficiar das expectativas sociais em geral, que garantem que para os homens, será menos problemático encontrar emprego na área pretendida.

No que concerne à variável ano curricular, verifica-se que os estudantes do 1º ano apresentam expectativas mais elevadas, contrariando os estudos de Igue, Bariani e Milanesi (2008) e Meneses (2006). Este resultado pode explicar-se talvez pelo facto de os estudantes do 3º ano se terem já apropriado de conhecimentos e competências que os façam sentir-se mais confiantes na possibilidade de poderem trabalhar na área da sua formação.

Com a concretização deste estudo, espera-se contribuir com um instrumento que pode servir como um recurso de avaliação psicológica complementar, nomeadamente para psicólogos que operam em meio do ensino superior, possibilitando uma mais abrangente compreensão da realidade destes jovens. A avaliação das expectativas profissionais dos estudantes do ensino superior poderá permitir o desenvolvimento de intervenções mais focalizadas e eficazes para promover expectativas realistas e adequadas.

## Conclusão

A presente investigação revela a existência de propriedades psicométricas aceitáveis para o instrumento que se construiu e que pretende avaliar as expectativas profissionais em estudantes do ensino superior. É de salientar ainda que, na cotação da EEPEES, quanto maior a pontuação na escala mais baixas as expectativas profissionais, o que pode ser alterado em investigações futuras.

Outras investigações em estudantes do ensino superior são necessárias, de modo a confirmar a estrutura unifatorial da escala e de modo a permitir generalizar as qualidades psicométricas aqui observadas.

## 5- Referências Bibliográficas:

- Almeida, L., Soares, A., Guisande, M., & Paisana, J. (2007). Rendimento académico no ensino superior: Estudo com alunos do 1º ano. *Revista Galego – Portuguesa de Psicología e Educación*, 14(1), 1138-1663.
- Arnett, J. (2004). *Emerging Adulthood: The winding road from the late teens through the twenties*. Oxford University Press: New York.
- Arnett, J. (2007). Suffering, selfish, slackers? Myths and Reality About Emerging Adults. *Journal of Youth and Adolescence*, 36(1), 23-29.
- Bardagi, M., Lassance, M., & Paradiso, A. (2003). Trajetória académica e satisfação com a escolha profissional de universitários em meio de curso. *Revista Brasileira de Orientação Profissional*, 4(1), 153-166.

- Bardagi, M., Lassance, M., Paradiso, A., & Meneses, I. (2006). Escolha profissional e inserção no mercado de trabalho: Percepções de estudantes formandos. *Revista Semestral da Associação Brasileira de Psicologia Escolar e Educacional (ABRABPEE)*, 10 (1), 69-82.
- Campos, K., & Freitas, F. (2008). Empregabilidade: Construção de uma escala. *Psico-USF*, 13(2), 189-201.
- Coleta, J., & Coleta, M. (2006). Felicidade, bem-estar subjetivo e comportamento acadêmico de estudantes universitários. *Psicologia em Estudo*, 11 (3), 533-539.
- Coleta, J., & Coleta, M. (2006). Felicidade, bem-estar subjetivo e comportamento acadêmico de estudantes universitários. *Psicologia em Estudo*, 11 (3), 533-539.
- Dancey, C. D., & Reidy, J. (2006). Estatística sem matemática para psicologia: Usando o SPSS para Windows (3ª ed.; L. Viali, trad.). Porto Alegre: Artmed. (Original publicado em 1999).
- Igue, É., Bariani, I., & Milanesi, P. (2008). Vivência acadêmica e expectativas de universitários ingresantes e concluintes. *Psico-USF*, 13(2), 155-164.
- Marôco, J. (2007). *Análise estatística com utilização do SPSS*. Porto: Porto Editora.
- Pais-Ribeiro, J. (2008). Metodologia de investigação em psicologia e saúde. Porto: Livpsic.

ESTUDO EMPÍRICO II:

**RELAÇÃO ENTRE A ESPERANÇA, PERCEÇÃO GERAL DE SAÚDE,  
DIMENSÕES DA DEPRESSÃO E EXPECTATIVAS PROFISSIONAIS EM  
JOVENS DO ENSINO SUPERIOR**

Alexandra Cristina Evangelista Martins

Orientador: Prof. Doutora Maria Cristina Quintas Antunes

Universidade de Trás-os-Montes E Alto Douro

## RESUMO

A presente investigação teve por objetivo analisar a relação entre a esperança, as expectativas, as dimensões da depressão e a percepção geral de saúde de estudantes do 1º e 3º ano do ensino superior da região norte de país. Neste estudo participaram 468 estudantes sendo que 21,4% pertencem ao sexo masculino e 78,6% ao sexo feminino com idades compreendidas entre os 18 e os 30 anos. Utilizaram-se como instrumentos o *Depression, Anxiety and Stresse Scales* (DASS-21) (Lovibond & Lovibond, 1995a) adaptado à população portuguesa por Vasconcelos-Raposo, Fernandes e Teixeira (2013); o General Health Questionnaire-12 (GHQ-12) (Goldberg & Williams, 1988) adaptado à população portuguesa por Fernandes e Vasconcelos-Raposo(2012); a escala de esperança Snyder et al. (1991), adaptada à população portuguesa por Ribeiro, Pedro e Marques (2006) e a Escala das Expectativas Profissionais dos Estudantes do Ensino Superior (EEPEES), contruída e validada no âmbito deste estudo. Os resultados apontam que os estudantes do 1º ano apresentam depressão e ansiedade mais elevada do que os do 3º. Relativamente ao sexo não se encontraram diferenças estatisticamente significativas. A esperança apresentou uma relação positiva com as expectativas profissionais e com a percepção geral de saúde e negativa com as dimensões da depressão. Finalmente, apurou-se que a esperança tem um efeito preditor na percepção geral de saúde.

**Palavras-chave:** expectativas, esperança, dimensões da depressão, percepção geral de saúde, jovens universitários.

## ABSTRACT

This research aimed to analyze the relationship between hope, professional expectations, the dimensions of the depression and the general perception of health of students of 1 and 3 years of higher education in the northern region of the country. In this study participated 468 students; 21.4% were males and 78.6% females aged between 18 and 30 years old. The instruments used were the Depression, Anxiety and Stresse Scale (DASS-21) (Lovibond & Lovibond, 1995a) adapted to the Portuguese population by Vasconcelos-Raposo, Fernandes and Teixeira (2013); the General Health Questionnaire-12 (GHQ-12) (Goldberg & Williams, 1988) adapted to the Portuguese population by Fernandes and Vasconcelos-Raposo (2012); the Hope Scale from Snyder et al. (1991), adapted to the Portuguese population by Ribeiro, Pedro and Marques (2006) and the Scale of Students' Professional Expectations, developed and validated for this investigation. The results revealed that the 1st academic year reported higher rates of depression and anxiety. No gender differences were found. Hope was positively related with the professional expectations and general health perception and negatively with the dimensions of depression. Finally, it was found that hope has a predictive effect on the overall perception of health.

**Keywords:** expectations, hope, dimensions of depression, general health perception, university students.

## 1-Introdução

### 1.1- **Psicologia Positiva e Esperança**

Seligman (2008) propôs um novo modelo de saúde positiva que é muito mais que a ausência de doença. Este modelo propõe estudar a saúde sobretudo a partir das vantagens, nomeadamente na maior longevidade, como predisposição para a qualidade de vida, redução dos custos associados à saúde e melhor saúde mental que fortalecerá os indivíduos mesmo em ocasiões de doença. Este novo modelo de Seligman é constituído por três tipos de variáveis: as subjetivas, que remetem para a interpretação das situações e a forma como os indivíduos manifestam as suas emoções; as biológicas, relativas às estruturas fisiológicas e anatómicas como por exemplo, a tensão arterial, o índice de massa corporal, pulsação e funções hepáticas; e as funcionais, que se dividem em duas categorias, a primeira refere-se às capacidades físicas como a velocidade e a escolha do tempo de reação e a segunda, à adaptação do indivíduo ao meio no qual se insere. Este modelo patenteia que o estado ótimo se alcança quando as funções corporais estão em sintonia com a adaptação ao meio, a fim de cumprir tarefas como o trabalho, as relações entre os indivíduos e o tempo livre, para as quais é necessário existir força mental e física, motivação e resistência.

Entre outras características psicológicas ditas positivas, que podem modelar a adaptação do indivíduo ao meio, surge o otimismo, que pode influenciar a resposta dos indivíduos perante eventos stressores e em situações de difícil resolução. Ou seja, pode ajudar a criar estratégias que permitam reduzir ou até mesmo a eliminar os

acontecimentos stressores com a finalidade de diminuir as consequências emocionais negativas que advêm desses estímulos indutores (Nes & Segerstrom, 2006).

Segundo Patton, Bartrum e Creed (2004), o otimismo também pode influenciar diretamente a decisão de carreira, que por sua vez influenciará as expectativas e o planeamento bem como as oportunidades de carreira. O estudo dos autores anteriormente referenciados revela que o otimismo desempenha um papel importante na motivação dos jovens bem como nas atividades nas quais se encontram envolvidos. Relativamente ao sexo, os estudos sobre o otimismo têm concluído que os homens têm uma maior sensação de controlo sobre as situações e por isso apresentam tanto perspetivas como atitudes mais positivas que o sexo feminino. Por outro lado, no que respeita às mulheres, são os pensamentos positivos de que os acontecimentos desejados irão acontecer que as encorajam no processo das expectativas de carreira (Patton, Bartrum & Creed, 2004).

Um alto nível de otimismo significa que os indivíduos têm maior facilidade em enfrentar e até mesmo em resolver problemas. Em contrapartida, indivíduos pessimistas demonstram maiores dificuldades no que respeita à resolução racional de problemas (Vililarroel & Guerrero, 2003). Quando os indivíduos encaram um problema de forma otimista mais facilmente encontram estratégias para a sua resolução e encontram-se melhor preparados para lidar com o meio no qual estão inseridos (Vililarroel & Guerrero, 2003).

De encontro a esta temática, surge um estudo de Teixeira e Gomes (2005), no qual revelam que os jovens universitários demonstram expectativas profissionais mais

elevadas quando o otimismo é também mais elevado. Para este feito existem componentes como a autoeficácia dos jovens e o apoio que sentem por parte da família.

Teixeira e Gomes (2005) referem ainda que quanto maior é o envolvimento e a participação nas atividades académicas desempenhadas maior é o sentimento de competência e de autoeficácia que adquirem e por conseguinte, apresentam mais expectativas positivas quanto ao seu futuro.

Além do otimismo, outra variável do âmbito das emoções e cognições positivas tem sido relacionada com o bem-estar e a qualidade de vida – a esperança.

Entende-se por esperança, um estado positivo de motivação que resulta numa sensação de êxito, na energia despendida até à meta e planificação para atingir um determinado objetivo. É ter o poder e a trajetória para atingir esses objetivos. A esperança é, então, a vontade para alcançar os resultados pretendidos e tem como objetivos identificar não só as metas como também as diferentes formas e estratégias para conseguir alcança-los (Snyder, 1995).

Snyder (2002) propôs um modelo de esperança designado por modelo do pensamento dirigido a um objetivo sendo composto por dois constructos nomeadamente os “caminhos” (*pathways*) que remetem para a capacidade percebida para a elaboração de planos para concretizar determinadas metas e ainda a “iniciativa” (*agency*) que é o sentido de determinação para colocar esses pensamentos em ação. *Pathways* é, deste modo, a percepção de que é possível criar planos para alcançar metas importantes enquanto que *agency thoughts* é o sentido de determinação para colocar esses planos em ação. O mesmo autor refere que as pessoas mais esperançosas conseguem *pathways thoughts* mais fortes e por isso têm maior predisposição para obter sucesso e *agency*

*thoughts* também mais consistentes e daí conseguem tanto motivação para iniciar como também manter uma determinada ação para concretizar um plano. Segundo Snyder (2002), a esperança pode desempenhar um papel único na busca de benefícios em eventos traumáticos de vida.

Chang (1998) realizou um estudo em universitários para comparar alunos com baixos e altos níveis de esperança. Os seus resultados demonstraram que estes alunos divergem no rumo que dão aos seus problemas, na resolução de situações e estratégias de evitamento. No entanto, não se verificaram diferenças significativas no que se refere ao estilo de impulsividade e negligência. Neste estudo, verificou-se ainda que os estudantes com altos níveis de esperança tinham melhores resultados académicos comparativamente aos outros, assim como também maior satisfação com a vida. Este estudo concluiu também que a esperança influencia significativamente a capacidade de resolução de problemas e as estratégias de enfrentamento utilizadas para fazer face a situações stressantes. Este autor afirma ainda que a esperança influencia mais significativamente a vida académica e pessoal do que a idade ou sexo que no respeito ao enfrentamento do stresse.

## 1.2- **Expectativas dos jovens universitários quanto ao seu futuro**

As expectativas profissionais dos jovens do ensino superior bem como a empregabilidade é um tema que marca a atualidade dada a situação na qual se encontra o mercado de trabalho (Campos & Freitas, 2008).

No que respeita às expectativas profissionais, é de salientar que a extroversão, a autoconfiança e a autoestima surgem como fatores importantes e significativos nesta matéria (Campos & Freitas, 2008). Os autores anteriormente mencionados, no seu

estudo, encontraram também uma associação positiva entre o otimismo e a percepção que os jovens têm quanto ao seu futuro.

Estudos realizados nesta área indicam que à entrada na universidade os alunos ostentam expectativas positivas, nos mais diversos domínios, no entanto, é frequente que no final do ano letivo se verifique que essas mesmas expectativas eram superiores aos seus comportamentos para a realização das mesmas (Coleta & Coleta, 2006). Esta discrepância poderá ser explicada por expectativas irrealistas ou por uma certa decepção à medida que a vida académica evolui, dado que muitos alunos fazem as suas escolhas profissionais sem ter em conta as implicações que as mesmas acarretam a nível de tarefas, dificuldades e responsabilidades (Almeida et al., 2003; Araujo & Haas, 2012; Bardagi, Lassance, & Paradiso, 2003).

Igue, Bariani e Milanesi (2008) realizaram um estudo com o intuito que verificar se as expectativas dos universitários variavam do primeiro ano para o último, o ano de conclusão. Os autores constataram que os alunos com expectativas mais elevadas tendem a apresentar maior sucesso académico, ao nível das médias das notas, como também, maior sucesso relações interpessoais. Ao longo do curso, os estudantes encontram métodos e estratégias de estudo que mais se adequam a cada um e por isso, os melhores resultados podem ser explicados por este fator.

O sucesso académico, segundo Igue, Bariani e Milanesi (2008), parece aumentar proporcionalmente às expectativas dos jovens universitários porque quando este fator é mais elevado, os alunos encontram-se mais predispostos à mudança, à adaptação, ao que é novo e sobretudo, encontram-se mais motivados para a experiência que é o ensino superior.

Na mesma linha dos estudos anteriormente referidos também Bardagi, Lassance, Paradiso (2003) confirmaram que o facto de os jovens estarem envolvidos em atividades académicas melhora as expectativas quanto ao seu futuro e ao facto de poderem vir a exercer profissionalmente na sua área de formação. No entanto, a consciência das dificuldades que o mercado de trabalho acarreta, implica que os alunos invistam significativamente no seu currículo.

Os estudantes que frequentam pela primeira vez o ensino superior relevam algumas preocupações acerca da orientação académica no que respeita à conclusão do curso e às implicações que este facto acarreta. Também a orientação para o mercado de trabalho é escassa, dado que revelam dúvidas acerca da elaboração de currículos, bolsas de trabalho ou até mesmo com enfrentar entrevistas de emprego. Outro aspeto relevante a salientar remete para a elaboração de estratégias e métodos de estudo para melhorar o desempenho durante o percurso académico, e ainda como beneficiar da ajuda dos professores (Padilla, Rojo, Contreras & Muñoz, 2010). Padilla et al. (2010) concluem que estas preocupações associadas a poucas horas de sono e escassa prática de exercício físico podem desencadear ansiedade e conseqüentemente evoluir para uma sintomatologia depressiva.

Num estudo com caloiros de universidades de Pequim e Hong Kong, sobre a depressão e os traços de personalidade que mais a caracterizam, verificou-se que a baixa autoestima estava associada à sintomatologia depressiva. Neste estudo, surgiram preocupações relativas ao perfeccionismo, às “dúvidas acerca das ações” e à personalidade neurótica. O facto de o perfeccionismo surgir associado à depressão deve-se à excessiva preocupação com o desempenho negativo ou pouco satisfatório, ou seja,

o simples facto de cometer um erro ou de ser advertido pode provocar um humor deprimido (Song et al., 2008).

Segundo Quintero, Garcia, Jimenéz e Ortiz (2004), os jovens universitários que desenvolvem sintomas de depressão têm comportamentos exacerbados de consumo de álcool, sendo ainda que esta condição é diretamente proporcional, ou seja, quanto maior é a severidade da depressão maior é o consumo de álcool. Os jovens consideram que os fatores socioeconómicos, doença, luto ou separação dos pais estão associados ao baixo desempenho académico e daí o agravamento dos sintomas depressivos.

Ingressar pela primeira vez na universidade gera experiências stressantes tanto ao nível da emoção como da adaptação. Para tal, recorre-se a estratégias de enfrentamento para os problemas que vão surgindo. Estas estratégias tendem a ser cada vez mais semelhantes tanto para o sexo masculino como feminino, pois os papéis que desempenham na sociedade são cada vez mais homogéneos (Renk, 2006).

De acordo com Dyson e Renk (2006) o primeiro ano de universidade é um fator stressante na saúde mental dos estudantes que poderá, eventualmente, induzir uma sintomatologia depressiva nestes indivíduos, sendo que os diferentes níveis de sintomas podem influenciar a adaptação à vida académica.

### **1.3- Depressão e percepção de saúde em jovens universitários**

No que respeita à depressão e à percepção de saúde em jovens universitários surge o medo e a angústia para a qual esta situação contribui, implica que os jovens possam desenvolver “sentimentos de insegurança, ansiedade, apreensão e dúvida” que pode remeter para sintomas depressivos (Bardagi et al., 2006).

Segundo Punset (2010) a depressão provoca irregularidades no cérebro pois faz com que exista uma sobrecarga de hormonas que vão danificar as células cerebrais do hipocampo ou ainda interferir no córtex pré-frontal. Quando o hipocampo sofre interferência não consegue emitir respostas perante eventos stressores. A nível do córtex pré-frontal, responsável pelas emoções e pelos processos cognitivos parece que existe a probabilidade de uma elevada mortalidade das células, causada pelos eventos stressores, ou dificuldade em regenerar. Esta explicação do foro biofisiológico e neurológico pode ter como consequência uma maior vulnerabilidade do indivíduo e uma incapacidade em encontrar formas viáveis de reagir. Ou seja, situações stressantes que anteriormente eram de fácil resolução tornam-se impossíveis de resolver para o sujeito num estado depressivo.

É de salientar que a depressão é uma doença multissistémica pois afeta o organismo em diversos sentidos não sendo apenas uma simples doença que perturba o estado de ânimo (Punset, 2010).

Segundo o DSM-V-TR (2013), a Perturbação Depressiva Major caracteriza-se por um período de pelo menos duas semanas, durante as quais se verifica humor deprimido ou perda de interesse por quase todas as atividades às quais se propõe. No entanto, quando se refere a crianças ou adolescentes, o humor remete mais afincadamente para quadros de irritabilidade ao invés de tristeza. Estes sintomas são acompanhados de pelo menos quatro dos seguintes sintomas adicionais da depressão: alterações de apetite, peso, sono ou de atividades psicomotoras, quer seja por agitação ou cinesia, baixos níveis de energia, sentimentos de culpa, inutilidade e depreciação, dificuldades de concentração e, finalmente, pensamento, tomada de decisão e ideação suicida.

A depressão, segundo Fonseca, Coutinho e Azevedo (2008), pode advir de sentimentos de tristeza que deixam de ser típicos e que se desenvolvem e perduram durante períodos de tempo bastante alargados. Este acontecimento deve-se ao facto de os indivíduos permanecerem incapacitados de emitir respostas resolutórias perante acontecimentos que contrariam o fluir da vida desejado.

Num estudo de Fonseca, Coutinho e Azevedo (2008) a depressão surgiu associada à angústia e o ser-se depressivo à falta de motivação. Entende-se por “ser depressivo” o ser vítima de preconceitos, ser solitário, falta de apoio e baixa autoestima. Por outro lado, a depressão, neste estudo foi atribuída a problemas socio afetivos, entre os quais, a falta de atenção, compreensão e socialização. Nos indivíduos universitários do sexo feminino a depressão surge também associada à falta de apoio familiar, dado que estudam fora do local de residência. No mesmo estudo foram ainda encontradas diferenças relativamente ao sexo, pois enquanto no sexo feminino a depressão surge associada a sentimentos subjetivos como a tristeza e a insegurança, o sexo masculino evidencia sentimentos mais objetivos, nomeadamente o desejo de morte.

A saúde em geral e a depressão estão diretamente relacionadas, pois indivíduos com maior sintomatologia depressiva apresentam pior saúde geral. Relativamente ao sexo verifica-se que a sintomatologia depressiva é mais frequente no sexo feminino. No entanto, este dado pode dever-se ao facto do sexo masculino não confessar este tipo de sintomas, nomeadamente o stresse psíquico, o desejo da morte, sentimento de autodesconfiança no que remete para o próprio empenho e distúrbios psicossomáticos (Carneiro & Baptista, 2012).

Matos e Sousa-Albuquerque (2006) verificaram que os homens revelam um índice de percepção geral de saúde mais elevado que as mulheres e ainda que os estudantes de enfermagem são mais saudáveis que os estudantes de outras áreas de formação. Esta indicação resulta do facto dos estudantes de enfermagem apresentarem maior consciencialização no que respeita à prevenção de saúde.

Um estudo de Neves e Dalgalarrondo (2007) objetivou verificar a prevalência de perturbações mentais identificadas pelos próprios alunos universitários. A prevalência de “algum transtorno mental” é de 58% sendo de 69% em mulheres e 45% em homens. Os problemas mentais mais identificados foram designadamente queixa de sofrimento mental com principal incidência na distímia, depressão, agorafobia, mania, ansiedade generalizada, transtornos de pânico, entre outro; e ainda queixas do foro psicossocial.

Franca e Colares (2008) levaram a cabo um estudo comparativo acerca das condutas de saúde de estudantes universitários de primeiro e terceiro ano. Foram encontradas diferenças significativas no que diz respeito à saúde dos estudantes universitários, pois os indivíduos que frequentavam os últimos anos do curso mantinham hábitos de saúde prejudiciais como o consumo de tabaco e bebidas alcoólicas. Um outro dado importante remete para a sexualidade e para o uso do preservativo, situação que é mais preocupante no nos jovens do terceiro porque como, provavelmente mantêm mais relacionamentos estáveis abandonam este método contraceptivo e por isto estão mais propícios a desenvolverem uma Infeção Sexualmente Transmissível. No entanto, este estudo revelou que os jovens finalistas mantêm mais preocupações relativas ao peso e portanto aparecem mais dedicados ao exercício físico (Franca & Colares, 2008).

Ferraz e Ferreira (2002) abordam um outro tema que influencia tanto a depressão como a percepção geral de saúde, as expectativas e a esperança manifestada nos jovens universitários, designadamente o *homesickness* que aborda as saudades que os jovens têm de casa. Os autores verificaram que existe uma correlação positiva entre o *homesickness* e os traços de personalidade, pois quanto mais elevado é o nível de esperança e de otimismo de um indivíduo menos é afetado pelas saudades de casa. Então, com estas características, os estudantes experienciam expectativas de futuro mais definidas e convictas. Constataram ainda que quanto mais elevadas são as saudades de casa maior é o nível de neuroticismo e menor a extroversão dos universitários. Relativamente ao sexo, é o sexo feminino que apresenta maior nível de *homesickness*, sendo por isso mais dependentes emocionalmente.

Outro fator que tem mostrado impacto na adaptabilidade dos estudantes é o apoio fornecido pela família relativamente ao ingresso na universidade. Num estudo exploratório de Bardagi e Hutz (2008), acerca do apoio parental ao longo do percurso académico dos estudantes, foi possível verificar que existe ausência de diálogo, entre eles, para tomar decisões, pois os pais não falam para não exercer pressão sobre as escolhas dos filhos, e estes últimos não falam com receio de desiludir ou exterminar as expectativas dos pais. Este facto resulta numa interiorização de sentimentos que leva a que cada pessoa vivencie esta fase de forma isolada, e portanto, que haja consequências negativas, como por exemplo a angústia. Este estudo reporta ainda para a influência significativa do grupo de pares nas expectativas quanto ao futuro, quer na aprovação, transmissão e influências diretas ou indiretas.

No estudo de Teixeira, Castro e Piccolo (2007) as expectativas apresentaram as médias mais altas, indicando assim que os estudantes se sentem fortemente seguros e apoiados pelos familiares. É frequente que a entrada na universidade envolva a saída do aluno da sua área de residência, e por conseguinte, a deslocação para a área universitária, onde passam a residir sozinhos ou com outros estudantes que por vezes não conhecem e estão na mesma situação que a sua. Num estudo realizado por Ferreira, Almeida e Soares (2007) foi possível verificar que 50% dos estudantes da Universidade do Minho (UM) não viviam com a sua família durante o tempo de aulas. Também os alunos que continuam a viver na sua área de residência sentem o impacto da transição para a universidade, pois os laços afetivos e sociais tendem a diminuir, uma vez que deixam de ter contacto com os amigos anteriores diariamente. Assim, a entrada na universidade surge como uma oportunidade para restabelecer relações afetivas e criar novos laços (Teixeira et al., 2007), mas também como um tempo em que podem surgir sentimentos de desligamento e solidão.

Por fim, a dimensão interpessoal realçou a ideia de que o apoio emocional dos pais é importante para o desenvolvimento de relações interpessoais e por sua vez melhora a integração social em âmbito académico (Teixeira et al., 2007).

Com base nas evidências empíricas apontadas pela literatura, o presente estudo tem como objetivo geral analisar a relação entre a esperança, as dimensões da depressão, ansiedade e stresse, a percepção geral de saúde e as expectativas profissionais de jovens do ensino superior. Os objetivos específicos consistem em perceber se os jovens universitários que ingressam pela primeira vez no ensino superior apresentam as dimensões da depressão mais elevadas dos que os alunos do 3º ano, bem como se

apresentam maior percepção geral de saúde e de esperança; perceber ainda se os jovens universitários do sexo feminino apresentam valores das dimensões da depressão, da percepção geral de saúde e da esperança mais elevados; analisar se quanto maior o nível de esperança, mais elevada a percepção geral de saúde e as expectativas dos jovens universitários; estudar se quanto mais elevada a esperança menores os valores nas dimensões da depressão; e ainda, investigar se a esperança tem um efeito preditor nas dimensões da depressão, nas expectativas e na percepção geral de saúde.

No capítulo seguinte irá ser apresentado o plano metodológico que foi elaborado com vista a prosseguir os objetivos delineados. Começar-se-á por caracterizar o tipo de estudo, seguindo-se a população e a amostra, os instrumentos e respetivas características psicométricas e, finalmente, a apresentação dos resultados, a sua discussão e as conclusões.

## **2-Metodologia**

### **2.1- Tipo de Estudo**

Este estudo é de carácter transversal pois a recolha dos dados teve lugar num único momento temporal. O estudo é também de carácter quantitativo dado que a investigação é orientada para os resultados e a sua consequente medição rigorosa.

É ainda um estudo comparativo porque se pretende realizar comparações entre grupos, nomeadamente entre o 1º e 3º ano de universidade e entre sexo, e correlacional pois pretende evidenciar relações entre variáveis (Pais-Ribeiro, 2008).

Para poder dar resposta aos objetivos específicos, anteriormente mencionados, procedemos à apresentação das hipóteses em estudo:

H1 Os jovens universitários que ingressam pela primeira vez no ensino superior apresentam as dimensões da depressão mais elevadas dos que os alunos do 3º ano.

H2 Os jovens universitários do 1º ano apresentam maior percepção geral de saúde e de esperança que os do 3º ano.

H3 Os jovens universitários do sexo feminino apresentam valores das dimensões da depressão, da percepção geral de saúde e da esperança mais elevados.

H4 Quanto maior o nível de esperança, mais elevada a percepção geral de saúde e as expectativas dos jovens universitários.

H5 Quanto mais elevada a esperança menores os valores nas dimensões da depressão.

H6 A esperança tem um efeito preditor nas dimensões da depressão, nas expectativas e na percepção geral de saúde.

## **2.2- População e Amostra**

Os dados recolhidos para a presente investigação tiveram origem em estudantes universitários da Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro (UTAD). Os participantes no estudo foram estudantes do 1º e do 3º ano da universidade e, portanto, adultos emergentes que, segundo Arnett (2004) se situam em idades compreendidas entre os 18 e os 25-30 anos. A amostra foi constituída por conveniência e foram incluídos todos os indivíduos que, no momento da colheita dos dados se encontravam presentes e deram o seu consentimento para participar na investigação.

### **2.2.3- Caracterização da amostra**

A presente investigação foi constituída por 468 estudantes da UTAD, sendo que 21,4 % pertencem ao sexo masculino e 78,6% pertencem ao sexo feminino, tendo como média de idades 20,73 anos ( $DP \pm 3.265$ ), com idades compreendidas entre os 18 e os 30 anos. Relativamente à distribuição da amostra por anos que frequentam na universidade, 43,4% corresponde ao 1º ano e 56,6% corresponde ao 3º ano.

Quando questionados acerca dos do nível de escolaridade dos pais, os estudantes facultaram os seguintes dados respeitantes às mães; 5,6% são analfabetas, 20,5 % têm o primeiro ciclo, 20,3% o segundo ciclo, 22,9 % o terceiro ciclo, 21,6% o ensino secundário e 9,2% o ensino superior. Relativamente ao pais, 7,7% são analfabetos, 28,4% têm o primeiro ciclo, 22,2% o segundo ciclo, 18,4% o terceiro ciclo, 14,5% o ensino secundário e 8,8% o ensino superior.

No que concerne ao nível socioeconómico do agregado familiar, 39,1% auferem apenas o ordenado mínimo, 48,1% com um rendimento entre 900 e 1500 euros e, por fim, 12,8% com um rendimento igual ou superior a 1600 euros.

### **2.3- Procedimentos**

Após a aprovação da comissão de ética para a realização deste estudo (anexo 1), os diretores dos respetivos departamentos da UTAD foram contactados, a fim de facultarem as autorizações no que respeita à participação dos estudantes universitários do curso de licenciatura que coordenam.

As provas foram administradas individualmente em contexto de sala de aula. Informou-se os alunos sobre os objetivos do estudo e alertaram-se para o facto de a

participação ser voluntária, poderem desistir a qualquer momento do preenchimento dos questionários, sem que tal lhes trouxesse qualquer prejuízo, garantindo-lhes total confidencialidade e anonimato dos seus dados. Considerou-se consentimento informado o facto de cada aluno entregar o questionário completamente preenchido.

## **2.4- Instrumentos**

Com o intuito de estudar o problema geral – a relação entre a esperança, a percepção geral de saúde, a depressão e as expectativas dos jovens do ensino superior, esta investigação partiu da formulação dos objetivos gerais e objetivos específicos, oportunamente enunciados.

Para estudar a problemática definida para esta investigação e mediar as variáveis em estudo foram utilizados os instrumentos a seguir descritos, dos quais serão apresentadas as respetivas características psicométricas:

### **2.4.1- Questionário de Caracterização Social**

Construiu-se para este estudo um questionário de caracterização social, permitindo recolher informação acerca do sexo, idade, ano e curso que frequenta, nível de escolaridade do pai e da mãe. Paralelamente, destinou-se a adquirir informação no que respeita ao nível socioeconómico do agregado familiar.

### **2.4.2- *Depression, Anxiety and Stress Scales (DASS-21)***

Para avaliar a depressão, ansiedade e stresse recorreu-se ao *Depression, Anxiety and Stresse Scales (DASS-21)* (Lovibond & Lovibond, 1995a) adaptado à população portuguesa por Vasconcelos-Raposo, Fernandes e Teixeira, 2013. O DASS-21 é constituído por 21 itens distribuídos pelos sintomas de depressão, ansiedade e stresse

avaliados por uma escala tipo *Likert* que varia entre 0 (Não de aplicou a mim) e 3 (Aplicou-se muito a mim, ou a maior parte do tempo). A presente escala apresenta uma elevada consistência interna, pois apresenta um *Alfa* de *Cronbach* de  $\alpha=.92$  para a escala total, para a depressão  $\alpha=.84$ , para a ansiedade  $\alpha=.80$  e para o stress  $\alpha=.83$  (Vasconcelos-Raposo, Fernandes & Teixeira, 2013).

#### **2.4.3- General Health Questionnaire–12 (GHQ-12) (Goldberg & Williams, 1988)**

O General Health Questionnaire–12 (GHQ-12) (Goldberg & Williams, 1988) adaptado à população portuguesa por Fernandes e Vasconcelos-Raposo (2012) destina-se a avaliar a percepção geral de saúde numa escala de *Likert* que varia entre 0 (Absolutamente Não) e 3 (Muito mais que de costume), e que avalia o modo como a pessoa se tem sentido atualmente, e contém 13 itens, sendo o item 13 para “Marcar de 0 a 10 o quão você está satisfeito com a sua vida”. O GHQ-12 ostenta uma elevada consistência interna dado que apresenta um *Alfa* de *Cronbach* de  $\alpha=.96$  (Fernandes & Vasconcelos-Raposo, 2012).

#### **2.4.4- A Escala de Esperança (Snyder et al., 1991)**

A Escala de Esperança de Snyder et al. (1991), adaptada à população portuguesa por Ribeiro, Pedro e Marques (2006) destinada a avaliar a esperança. A Escala de Esperança é construída por 12 itens dos quais oito avaliam a esperança e quatro são fatores distratores. Dos oito itens, quatro avaliam a “iniciativa” e os outros quatro avaliam os “caminhos”. O presente instrumento é respondido numa escala de *Likert* que varia entre 0 (nenhuma das vezes) e 5 (todas as vezes). A Escala de Esperança apresenta

uma elevada consistência interna, com um *Alfa de Cronbach* de  $\alpha=.86$  para a escala global,  $\alpha=.76$  para “iniciativa” e  $\alpha=.79$  para “caminhos” (Ribeiro, Pedro & Marques, 2006).

#### **2.4.5- Escala das Expectativas Profissionais dos Estudantes do Ensino Superior (EEPEES)**

Com a finalidade de avaliar as expectativas dos estudantes do ensino superior recorreu-se à EEPEES (escala contruída e validada para a investigação anterior). Esta escala é constituída por 8 itens, avaliados por uma escala de *Likert* que varia entre 0 (Concordo Totalmente) e 3 (Discordo Totalmente). A EEPEES apresenta um alfa de *Cronbach* de  $\alpha=.779$ , sendo que está dentro da margem de aceitabilidade, de modo que a fiabilidade da escala pode ser considerada satisfatória.

### **3-Resultados**

Nesta secção iremos apresentar os resultados obtidos após utilização dos testes estatísticos mais adequados para responder aos objetivos enunciados e testar as hipóteses. Para tal, procedeu-se à inserção dos dados no programa SPSS (*Statistical Package for the Social Science*, versão 22).

Utilizou-se o *T-test* para averiguar as diferenças de médias nos resultados diferenciais em função do ano curricular e do sexo, após a análise das medidas de simetria (*Skewness*) e achatamento (*Kurtosis*) para verificar se os dados seguem uma distribuição normal.

Para as associações entre as variáveis dependentes utilizou-se o coeficiente de correlação de Pearson que teve por base os graus de coeficiente propostos por

Dancey e Reidy (2006). Quando  $r=1$  ou  $r=-1$ , verificou-se um relacionamento perfeito, sendo que  $r < 0.3$  é um relacionamento fraco,  $0.3 < r < 0.6$  é um relacionamento moderado e  $r > 0.6$  é um relacionamento forte, quer sejam estes positivos ou negativos.

Por fim, procedeu-se a uma regressão linear para a predição da percepção geral de saúde, através do modelo “*stepwise*” para quatro preditores, designadamente a depressão, a ansiedade, o stresse, a esperança e as expectativas.

### 3.1- Resultados diferenciais em função do ano curricular

**Hipótese 1:** Os jovens universitários que ingressam pela primeira vez no ensino superior apresentam as dimensões da depressão mais elevadas dos que os alunos do 3º ano.

Para aferir as diferenças de médias nas dimensões da Escala de Depressão, Ansiedade e Stresse em função do ano curricular (1º e 3º) dos jovens universitários, procedeu-se a um *T-test*, efetuando-se previamente o teste de *Levene* para verificação da homogeneidade das variâncias nos grupos comparados.

Após verificação da homogeneidade dos grupos (teste de *Levene*) e não tendo sido confirmada, o resultado do *T-test* para a diferença entre grupos não homogéneos (1º e 3º anos) na dimensão **depressão** foi [ $t(466) = 2,461; p = .016$ ]. A diferença entre 1º e 3º ano na dimensão depressão foi de 0,748 (erro padrão = .313); e o valor do T-test, para as diferenças entre grupos não homogéneos para a dimensão **ansiedade** foi [ $t(466) = 2,228; p = .000$ ]. A diferença de média entre o 1º e 3º ano na dimensão ansiedade foi de 0,756 (erro padrão = .351). Os resultados iniciais indicam que os estudantes do 1º ano apresentam valores mais elevados de depressão e ansiedade do que os estudantes do 3º

ano ( $p < 0,014$  e  $p < 0,026$ , respetivamente). No entanto, após correção de Bonferroni ( $p < 0,020$ ), não se podem aceitar as diferenças entre anos na dimensão da ansiedade, mas somente na dimensão depressão.

Tabela 10- Valores médios e desvio padrão das dimensões da escala de depressão, ansiedade e stresse em função do ano curricular.

Variável	Ano	Média	Desvio Padrão	Erro padrão da média
Depressão	1º	3,59	3,634	.255
	3º	2,84	2,943	.181
Ansiedade	1º	3,83	4,144	.291
	3º	3,07	3,197	.196
Stresse	1º	6,19	4,586	.322
	3º	5,98	4,009	.246

Estes resultados apontam que apenas a dimensão da depressão e da ansiedade apresentam significância estatística e que o 1º ano curricular reporta maior índice de depressão e ansiedade.

**Hipótese 2:** Será que os jovens universitários do 1º ano apresentam maior índice de perceção geral de saúde e de esperança que os do 3º ano?

Não se verificaram diferenças estatisticamente significativas entre estas variáveis pelo que a segunda hipótese não se confirma.

### 3.2- Resultados diferenciais entre em função do sexo

**Hipótese 3:** Os jovens universitários do sexo feminino apresentam os índices das dimensões da depressão, da perceção geral de saúde e da esperança mais elevados.

Para comparar as diferenças de médias entre sexo, dimensões da escala de depressão, stresse e ansiedade, perceção geral de saúde e esperança, procedeu-se a um a

um *T-test*, efetuando-se também o teste de *Levene*. Foi testada a homogeneidade dos grupos e em nenhuma das variáveis foi confirmada ( $p \geq .05$ ).

Como podemos observar na tabela 11, em nenhuma das variáveis se apresentam diferenças de sexo com significância estatística.

Tabela 11- T-test para diferenças de sexo nas dimensões da escala de depressão, stresse e ansiedade, percepção geral de saúde e esperança.

Variáveis	Sexo	Média	Desvio Padrão	<i>t</i>	<i>p</i>
Depressão	Masculino	3,58	3,415	1,438	.140
	Feminino	3,05	3,235	1,394	
Ansiedade	Masculino	2,89	3,446	-1,576	.219
	Feminino	3,54	3,700	-1,641	
Stresse	Masculino	5,30	3,950	-2,044	.333
	Feminino	6,28	4,329	-2,154	
GHQ	Masculino	16,91	4,199	.794	.381
	Feminino	16,24	4,051	.777	
Esperança	Masculino	19,58	5,089	1,006	.792
	Feminino	19,03	4,751	.967	

Estes resultados apontam que a variável sexo não influencia as dimensões da depressão, stresse e ansiedade, nem percepção geral de saúde e, nem da esperança, pelo que a hipótese número 3 não se confirma.

### 3.3- Resultados correlacionais entre dimensões da escala de depressão, stresse e ansiedade, percepção geral de saúde, esperança e as expectativas dos jovens universitários.

**Hipótese 4:** Quanto maior a esperança mais elevada a percepção geral de saúde e as expectativas dos jovens universitários.

A correlação entre a esperança e a percepção geral de saúde, presente na tabela 12, é estatisticamente significativa, logo podemos dizer que quanto maior for o nível de esperança dos jovens universitários mais positiva é a percepção geral de saúde ( $r=.513$ ).

A correlação entre a esperança e as expectativas também se verifica estatisticamente significativa, então podemos inferir que quanto mais elevada a esperança mais elevadas são as expectativas ( $r=-.174$ ). Salienta-se que a correlação é negativa porque na cotação da EEPEES, quanto maior a pontuação mais baixas são as expectativas.

***Hipótese 5:*** Quanto mais elevada a esperança menor são as dimensões da depressão.

A correlação entre a esperança e as dimensões depressão, ansiedade e stresse, verifica-se estatisticamente significativa. Sendo que quanto mais elevada a esperança mais baixa é a dimensão depressão ( $r=-.285$ ), assim como a dimensão ansiedade ( $r=-.149$ ), e a dimensão do stresse ( $r=-.192$ ).

Tabela 12- Valores da correlação r de Pearson entre dimensões da escala DASS, de depressão, stresse e ansiedade, percepção geral de saúde (GHQ Total), as expectativas e a esperança dos jovens universitários

	DASS_Stresse	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
DASS_Ansiedade (1)	,716**					
DASS_Depressão (2)	,697**	,689**				
Expectativas (3)	,156**	,096*	,266**			
Esperança (4)	-,192**	-,149**	-,285**	-,174**		
GHQTotal (5)	-,492**	-,402**	-,574**	-,252**	,513**	
DASS Total	,908**	,889**	,883**	,191**	-,235**	-,549**

\*\* A correlação é significativa ao nível de  $p \leq 0,001$  (2 extremidades).

\* A correlação é significativa ao nível de  $p \leq 0,05$  (2 extremidades).

### 3.4- Regressão linear para a predição da percepção geral de saúde: modelo

“*stepwise*” para quatro preditores: depressão, ansiedade, stresse e esperança e expectativas.

**Hipótese 6:** A esperança, a depressão, o stresse e as expectativas profissionais dos jovens universitários têm um efeito preditor na percepção geral de saúde.

A fim de verificar o efeito preditor da esperança da depressão, do stresse e das expectativas profissionais dos jovens universitários na percepção geral de saúde procedeu-se a uma regressão linear tendo como variável dependente a percepção geral de saúde. Constatou-se que o modelo mais adequada incidia no modelo 3, como se verifica na tabela 1 anexo 2, pois apresenta o valor de  $R^2$  mais elevado.

Como podemos verificar na tabela 13 existe significância estatística no que concerne à dimensão depressão, pois quanto mais positiva a percepção geral de saúde menor é o índice da dimensão ansiedade e a dimensão stresse.

Tabela 13- Valores da correlação de r de Pearson entre as dimensões da escala DASS, de depressão, stresse e ansiedade, percepção geral de saúde (GHQ Total), as expectativas e a esperança dos jovens universitários.

	Média	Desvio Padrão	N
DASS_Stresse	6,07	4,265	468
DASS_Ansiedade	3,40	3,653	468
DASS_Depressão	3,16	3,278	468
Expectativas	7,06	3,952	468
Esperança	19,15	4,825	468
GHQTotal	16,32	4,082	468
DASS Total	12,95	10,428	468

Tabela 14- Regressão linear para a predição da percepção geral de saúde, modelo de "stepwise" para quatro preditores: depressão, ansiedade, stresse e esperança.

**Coefficientes<sup>a</sup>**

Modelo		Coefficientes não padronizados		Coefficientes padronizados		Sig. (p)
		B	Erro Padrão	Beta	T	
1	(Constante)	18,582	,215		86,411	,000
	DASS_Depressão	-,715	,047	-,574	-15,126	,000
2	(Constante)	11,992	,644		18,622	,000
	DASS_Depressão	-,580	,044	-,466	-13,123	,000
	esperança	,322	,030	,380	10,726	,000
3	(Constante)	12,535	,649		19,325	,000
	DASS_Depressão	-,419	,060	-,336	-7,034	,000
	esperança	,323	,030	,382	10,933	,000
	DASS_Stresse	-,177	,045	-,185	-3,964	,000

a. Variável Dependente: percepção geral de saúde

Com estes resultados inferimos que a percepção geral de saúde dos jovens universitários pode ser influenciada ou prevista pela depressão, pelo stresse e ainda pela esperança. Como a variável ansiedade foi excluída no modelo final da análise de regressão, podemos constatar que a percepção geral de saúde não é prevista pela mesma (consultar tabela 2 anexo 3).

#### **4- Discussão dos resultados**

Os objetivos deste estudo consistiram em analisar a relação entre a esperança, as expectativas, as dimensões da depressão e a percepção geral de saúde dos estudantes do 1º e 3º ano do ensino superior de modo a testar as hipóteses da presente investigação. Assim sendo, os resultados confirmaram a primeira hipótese. Estes resultados corroboram várias investigações anteriores (Dyson & Renk , 2006; Padilla et al., 2010; Song et al., 2008) que atestam que os alunos que ingressam pela primeira vez na universidade se deparam com uma nova realidade para a qual nem sempre estão devidamente preparados. Isto porque a maioria dos estudantes têm de gerir a sua vida autonomamente e fora do local de residência e da família, pelo que pode surgir o *homesickness* (saudades que os jovens têm de casa) (Ferraz & Ferreira, 2002). Assim, torna-se evidente que os alunos que ingressam pela primeira vez na universidade carecem de informação no que remete para toda a envolvimento do percurso académico, quer no que respeita a informações burocráticas, como por exemplo, bolsas de estudos, quer no que respeita a estratégias e métodos de estudo e autonomia na realização de tarefas. Pelo que, numa primeira fase da entrada na universidade, seria pertinente que os alunos fossem devidamente esclarecidos e orientados, de forma a serem acompanhados mais de perto.

Relativamente à segunda hipótese, de que os jovens universitários do 1º ano apresentam maior índice de percepção geral de saúde e de esperança que os do 3º ano, não se verificaram diferenças estatisticamente significativas entre estas variáveis pelo que esta hipótese não se confirmou. No entanto, os resultados de Padilla et al. (2010), Renk (2006) e Franca e Colares (2008) encontram diferenças nestas variáveis, pois consideram que os estudantes do 1º ano, devido a comportamentos excessivos no que remete para preocupações em demasia, poucas horas de sono, pouca prática de exercício físico e comportamentos de risco, diminuem os níveis da percepção geral de saúde.

Os resultados não confirmaram a terceira hipótese, visto que a variável sexo não influencia as dimensões da depressão, stresse e ansiedade, nem percepção geral de saúde e nem da esperança. Estes resultados não corroboram um estudo de Patton, Bartrum e Creed (2004), sendo que este atesta que o sexo masculino tem uma maior sensação de controlo sobre as situações. Um estudo de Carneiro e Baptista (2012, também obteve resultados diferentes dos encontrados neste estudo, uma vez que consideram que a sintomatologia depressiva é mais frequente no sexo feminino. No entanto, estes resultados podem advir do facto de o sexo masculino não confessar tão facilmente este tipo de sintomas. Matos e Sousa-Albuquerque (2006) apresentam diferenças significativas no que remete para a percepção geral de saúde, atestando que o sexo masculino apresenta maiores índices que os do sexo feminino.

Ao investigar a relação entre a esperança, a percepção geral de saúde e as expectativas dos jovens universitários, verificaram-se relações significativas entre as variáveis, pois quanto maior o nível de esperança dos jovens universitários mais positiva é a percepção geral de saúde e, ainda que, quanto mais elevada a esperança mais

elevadas são as expectativas. Estes resultados sugerem que quando os indivíduos apresentam uma predisposição mais positiva para o enfrentamento das situações, ou seja, esperança mais elevada, melhores resultados apresentam nas expectativas e percepção geral de saúde. Obviamente que, tratando-se de resultados correlacionais, a influência é recíproca e não podem ser inferidas relações de causalidade. Estes resultados corroboram o estudo de Chang (1998), que aponta para que a esperança influencia significativamente a capacidade de resolução de problemas e as estratégias de enfrentamento utilizadas para fazer face a situações stressantes

Relativamente à hipótese de que quanto mais elevada a esperança menores são as dimensões da depressão, encontraram-se correlações significativamente estatísticas, pelo que a quinta hipótese se confirmou nas três dimensões da depressão, designadamente na depressão, ansiedade e stresse. Isto significa que quanto mais predisposição positiva maior é a capacidade de enfrentamento das situações stressantes. Estes resultados atestam as investigações de Nes e Segerstrom (2006); e Vilillarroel e Guerrero (2003), que reforçam que encarar as situações de forma positiva é uma mais-valia para criar estratégias para as resolver assim como lidar fluentemente com as mesmas. Os resultados do presente estudo corroboram o modelo de Snyder (1995), pois se a esperança é um estado positivo de motivação, que resulta numa sensação de êxito, e que tem o poder e a trajetória de atingir os objetivos predeterminados mais capacidade concerne aos indivíduos na resolução de problemas sem despoletar as dimensões da depressão.

Por último, os resultados da regressão linear, de que a esperança, as dimensões da depressão e as expectativas têm um valor preditivo na percepção geral de saúde, corroboraram a última hipótese.

### **Conclusão**

Os objetivos deste estudo consistiram em analisar a relação entre a esperança, as expectativas, as dimensões da depressão e a percepção geral de saúde dos estudantes do 1º e 3º ano do ensino superior. Neste sentido, torna-se pertinente obter dados acerca de como estas variáveis evoluem ao longo do percurso académico e encontrar os fatores causadores desta mudança, a fim de poder intervir atempadamente junto dos estudantes do ensino superior. Sendo que esta intervenção se desenvolve não só nas dimensões da depressão, mas também no facto de não deixar perder a esperança e as expectativas que podem promover e melhorar todo o percurso académico.

Portanto, os resultados deste estudo poderão ter diversas implicações na prevenção e intervenção em torno das expectativas, esperança, percepção geral de saúde e dimensões da depressão, uma vez que o ensino superior deverá ser um local de formação, saúde e bem-estar e ainda o despoletar de toda uma carreira profissional, onde ocorrem diversas oportunidades e experiências.

Com base nos resultados deste estudo, seria pertinente que a intervenção nestes alunos ocorresse ainda durante o último ano do ensino secundário, de modo a consciencializar os alunos para a nova etapa que os espera, no que respeita a métodos e estratégias de estudo, na realização de trabalhos académicos e na própria organização do plano curricular. Visto serem os pais que mais podem influenciar o comportamento dos seus filhos, seria pertinente que no final do ensino secundário contribuíssem para que

estes tivessem um comportamento mais autónomo, a fim de lhes proporcionarem a sua gestão de vida, para que não seja uma novidade aquando da chegada ao ensino superior.

Durante o ensino superior seria pertinente promover e trabalhar medidas para fazer face às dimensões da depressão, sensibilizar os estudantes com ações de educação para a saúde com o intuito de proporcionar um melhor índice de perceção geral de saúde.

Por último, é importante que se continue a investigar nesta área, com a finalidade de promover o bem-estar físico e psicológico dos jovens universitários, e portanto contribuir para o sucesso académico dos jovens que serão o futuro do país, e precisamos de profissionais competentes.

Destaca-se a existência de algumas limitações no presente estudo como sendo díspar o número de alunos de cada curso, ou seja, para conseguirmos ainda resultados mais precisos seria pertinente igualdade de participantes de cada curso não só ao nível de número mas também de sexo. Recomenda-se ainda que em investigações futuras se recolham dados de várias universidades, a fim de conseguir generalizar os resultados. No entanto, os resultados revelam-se promitentes no que remete a criar as estratégias anteriormente mencionadas.

### **5- Referências Bibliográficas:**

Almeida, L., Fernandes, E., Soares, A., Vasconcelos, R., & Freitas, A. (2003).

Envolvimento académico: Confronto de expectativas e comportamentos em universitários do 1º ano. *Psicologia e Educação*, 2(2), 57-70.

- Almeida, L., Soares, A., Guisande, M., & Paisana, J. (2007). Rendimento académico no ensino superior: Estudo com alunos do 1º ano. *Revista Galego – Portuguesa de Psicología e Educación*, 14(1), 1138-1663.
- American Psychiatric Association. (2013). *DSM-V-TR, Manual de Diagnóstico e Estatística das Perturbações Mentais*. Lisboa: Climepsi.
- Araujo, R. & Haas, C. (2012). Alunos ingressantes e concluintes de curso universitário: Perfis, expectativas e satisfação. *Revista Ambiente e Educação*, 5(1), 110-25.
- Bardagi, M., & Hutz, C. (2008). Apoio parental percebido no contexto da escolha inicial e da evasão de curso universitário. *Revista Brasileira de Orientação Profissional*, 9(2), 31-34.
- Bardagi, M., Lassance, M., & Paradiso, A. (2003). Trajetória académica e satisfação com a escolha profissional de universitários em meio de curso. *Revista Brasileira de Orientação Profissional*, 4(1), 153-166.
- Bardagi, M., Lassance, M., Paradiso, A., & Meneses, I. (2006). Escolha profissional e inserção no mercado de trabalho: percepções de estudantes formandos. *Revista semestral da associação brasileira de psicologia escolar e educacional (ABRAPEE)*, 10 (1), 69-82.
- Campos, K., & Freitas, F. (2008). Empregabilidade: Construção de uma escala. *Psico-USF*, 13(2), 189-201.
- Carneiro, A., & Baptista, M. (2012). Saúde geral e sintomas depressivos em universitários. *Salud & Sociedad*, 3(2), 166-178.

- Chang, E. (1998). Hope, Problem-Solving Ability, and coping in a college student population: Some implications for theory and practice. *Journal of Clinical Psychology, 54*(7), 953-962.
- Coleta, J., & Coleta, M. (2006). Felicidade, bem-estar subjetivo e comportamento acadêmico de estudantes universitários. *Psicologia em Estudo, 11* (3), 533-539.
- Dancey, C. D., & Reidy, J. (2006). Estatística sem matemática para psicologia: Usando o SPSS para Windows (3ª ed.; L. Viali, trad.). Porto Alegre: Artmed. (Original publicado em 1999).
- Dyson, R., & Renk, K. (2006). Freshmen adaptation to university life: Depressive symptoms, stress, and coping. *Journal of Clinical Psychology, 62*(10), 1231-1244.
- Fernandes, H., & Vasconcelos-Raposo, J. (2012). Factorial Validity and Invariance of the GHQ-12 Among Clinical and Nonclinical Samples. *Assessment, 20*(2), 219-229.
- Ferraz, M., & Ferreira, A. (2002). A dinâmica da personalidade e o homesickness (saudade de casa) dos jovens estudantes universitários. *Psicologia, Saúde & Doenças, 3*(2), 194-164.
- Ferreira, J., Almeida, L., & Soares, A. (2007). Adaptação acadêmica em estudantes do 1º ano: diferenças de sexo, situação de estudante e curso. *Psico-USF, 6*(1), 1-10.

- Fonseca, A., Coutinho, M., & Azevedo, L. (2008). Representações sociais da depressão em jovens universitários com e sem sintomas para desenvolver a depressão. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 21(3), 429-498.
- Franca, C., & Colares, V. (2008). Estudo comparativo de condutas de saúde entre universitários no início e no final de curso. *Revista Saúde Pública*, 43(3), 420-7.
- Igue, É., Bariani, I., & Milanesi, P. (2008). Vivência acadêmica e expectativas de universitários ingresses e concluintes. *Psico-USF*, 13(2), 155-164.
- Matos, A., & Sousa-Albuquerque, C. (2006). Estilo de vida, percepção de saúde e estado de saúde em estudantes universitários portugueses: Influência da área de formação. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 6(3), 647-663.
- Nes, L., & Segerstrom, S. (2006). Dispositional optimism and coping: A meta-analytic review. *Personality and Social Psychology Review*, 10(3), 235-251.
- Neves, C., & Dalgalarrodo, P. (2007). Transtornos mentais auto-referidos em estudantes universitários. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 56(4), 237-244.
- Padilla, M., Rojo, A., Contreras, J., & Muñoz, B. (2010). Salud mental y bienestar psicológico en los estudiantes de primer ingreso de la Región Altos Norte de Jalisco. *Revista de Educación y Desarrollo*, 14(1), 31-37.
- Patton, W., Bartrum, D., & Creed, P. (2004). Gender differences for optimism, self-esteem, expectations and goals in predicting career planning and exploration in

- adolescents. *International Journal for Educational and Vocational Guidance*, 4(3), 193-209.
- Punset, E. (2010). *A alma está no cérebro*. Alfragide: Dom Quixote.
- Quintero, M., Garcia, C., Jiménez, V., & Ortiz, T. (2004). Caracterización de la depresión en jóvenes universitarios. *Universitas Psychologica* 3(1), 17-26
- Renk, R. (2006). Freshmen adaptation to university life: Depressive symptoms, stress, and coping. *Journal of Clinical Psychology*, 62(10), 1231-1244.
- Seligman, M. (2008). Positive health. *Applied Psychology: An international review*, 57(1), 3-18.
- Snyder, C.R. (1995). Conceptualizing, measuring, and nurturing hope. *Journal of Counseling and Development*, 73(1), 355-360.
- Snyder, C.R. (2002). Hope theory: Rainbows in the mind. *Psychological Inquiry*, 13(4), 249-275.
- Song, Y., Huang, Y., Liu, D., Kwan, J., Zhang, F., Sham, P., & Tang, S. (2008). Depression in college: Depressive symptoms and personality factors in Beijing and Hong Kong college freshmen. *Comprehensive Psychiatry* 49(1), 496-502.
- Teixeira, M., & Gomes, W. (2005). Decisão de carreira entre estudantes em fim de curso universitário. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 21(3), 327-334.

Teixeira, M., Castro, G., & Piccolo, L. (2007). Adaptação à universidade em estudantes universitários: Um estudo correlacional. *Interação em Psicológica*, 11(2), 211-220.

Vasconcelos-Raposo, J., Fernandes, H., & Teixeira, C. (2013). Factor structure and reliability of the depression, anxiety and stress scales in a large portuguese community sample. *Spanish Journal of Psychology*, 16(10), 1-10.

Villaroel, P., & Guerrero, A. (2003). Diferencias en habilidades de resolución de problemas sociales en sujetos optimistas y pesimistas. *Univ Psychol Bogota (Colombia)*, 2(1), 21-26.

### **Considerações Finais**

Através da realização da presente investigação integrada em dois artigos, pode-se concluir em relação ao primeiro estudo empírico que a Escala das Expectativas Profissionais dos Estudantes do Ensino Superior (EEPEES) na amostra estudada apresenta características psicométricas aceitáveis, mensuradas pela análise da validade fatorial e pela consistência interna. Posto isto, a EEPEES pode ser uma escala de medida consistente e válida para avaliar as expectativas profissionais dos jovens do ensino superior. É de salientar ainda que, na cotação da EEPEES, quanto maior a pontuação na escala mais baixas as expectativas profissionais, o que pode ser alterado em investigações futura.

Relativamente ao segundo artigo, os resultados apontam que os estudantes do 1º ano apresentam depressão e ansiedade mais elevada do que os do 3º. Relativamente ao sexo não se encontraram diferenças estatisticamente significativas. A esperança apresentou uma relação positiva com as expectativas profissionais e com a percepção geral de saúde e negativa com as dimensões da depressão. Finalmente, apurou-se que a esperança tem um efeito preditor na percepção geral de saúde.

Findada a realização dos dois estudos empíricos verifica-se indispensável realçar, que o objetivo principal da presente investigação foi atingido com sucesso e considero que seja importante para perceber um pouco mais acerca dos aspetos que influenciam o comportamento dos jovens universitários ao desempenharem as suas funções.

# **ANEXOS**

Anexo 1- aprovação da comissão de ética para a realização deste estudo

UNIVERSIDADE DE TRÁS-OS-MONTES E ALTO DOURO		
Comissão de Ética da UTAD		
<b>COMISSÃO DE ÉTICA DA UTAD</b>		
<b>Parecer da Comissão de Ética N:</b>	3/2015	
<b>Data:</b>	26.01.2015	
<b>Assunto:</b>	<b>Doc3/CE/2015</b> Projeto de investigação "Relação entre a maturidade vocacional, a percepção geral de saúde, a sintomatologia depressiva e as expetativas profissionais em jovens do ensino superior"	
<b>Requerente:</b>	Alexandra Evangelista e Andreia Vilela/ <b>Coord:</b> Cristina Antunes	

A CE verifica que estão garantidas as condições de rigor da investigação e salvaguardados os direitos dos participantes, pelo que é de parecer favorável ao desenvolvimento do projeto.

Pela Comissão de Ética  
A Presidente da Comissão

  
\_\_\_\_\_  
Maria da Conceição Azevedo

Anexo 2

Tabela 1

**Resumo do modelo**

Modelo	R	R quadrado	R quadrado ajustado	Erro padrão da estimativa
1	,574 <sup>a</sup>	,329	,328	3,346
2	,680 <sup>b</sup>	,462	,460	2,999
3	,693 <sup>c</sup>	,480	,477	2,953

a. Preditores: (Constante), DASS\_Depressão

b. Preditores: (Constante), DASS\_Depressão, esperança

c. Preditores: (Constante), DASS\_Depressão, esperança, DASS\_Stresse

Anexo 3

Tabela 2

Variáveis excluídas<sup>a</sup>

Modelo		Beta In	T	Sig.	Correlação parcial	Estatísticas de colinearidade
						Tolerância
1	esperança	,380 <sup>b</sup>	10,726	,000	,445	,919
	DASS_Ansiedade	-,014 <sup>b</sup>	-,261	,794	-,012	,526
	DASS_Stresse	-,180 <sup>b</sup>	-3,441	,001	-,158	,514
2	DASS_Ansiedade	-,048 <sup>c</sup>	-1,023	,307	-,047	,523
	DASS_Stresse	-,185 <sup>c</sup>	-3,964	,000	-,181	,514
3	DASS_Ansiedade	,044 <sup>d</sup>	,851	,395	,040	,416

a. Variável Dependente: GHQTotal

b. Preditores no Modelo: (Constante), DASS\_Depressão

c. Preditores no Modelo: (Constante), DASS\_Depressão, esperança

d. Preditores no Modelo: (Constante), DASS\_Depressão, esperança, DASS\_Stresse

Anexo 4

Tabela 4

Resumo do modelo				
Modelo	R	R quadrado	R quadrado ajustado	Erro padrão da estimativa
1	,574 <sup>a</sup>	,329	,328	3,346
2	,680 <sup>b</sup>	,462	,460	2,999
3	,693 <sup>c</sup>	,480	,477	2,953

a. Preditores: (Constante), DASS\_Depressão

b. Preditores: (Constante), DASS\_Depressão, esperança

c. Preditores: (Constante), DASS\_Depressão, esperança, DASS\_Stresse